针灸学在库德省

آموزش جامع

طب سوزنی



第一册 جلد اول

تالیف و ترجمه سید امیر ساعدی

آموزش جامع طب سوزنی

جلد اول

ACUPUNCTURE

针灸学

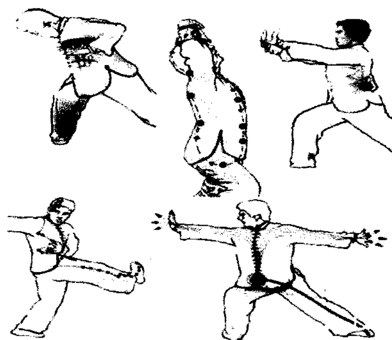
Zhen jiu Xue

مؤلف

سید امیر ساعدی

مترجم زبان چینی و درمانگر طب سوزنی

汉语译者和针灸医生



برای آگاهی بیشتر از نحوه ی برگزاری آزمون به صفحه ی آخر توجه کنید!

ساعدی، سید امیر ساعدی ۱۳۶۲- مؤلف /مترجم .
آموزش طب سوزنی: شرح مبانی و کاربرد اصول علمی طب سوزنی که در سال ۱۳۸۶ در یک جلد و یک جزوه به اتمام رسید .
۹۰ ص
ISBN 978-964-04-3945-6
فهرست نویسی بر اساس اطلاعات فیپا.
فارسی – چینی .
۱. آموزش مبانی اولیه طب سوزنی – نحوه ی کاربرد اصول علمی -
کتابخانه ملی ایران ۸۸ - ۱۰۳۶۴۵۹

- نام کتاب : آموزش جامع طب سوزنی
- تالیف و ترجمه : سید امیر ساعدی
- تیراژ : جلد ؟
- نوبت چاپ : اول سال ۱۳۸۸
- ناشر : مؤلف
- تایپیست : فردین حدودی

گر خواهی با اجازه به صندوق نزدیک شوی...!!! دیگر «فهرست» را چه حاجت که انیس خودکنی؟

بسم الله الرحمن الرحیم

مقدمه

سابقه طب سوزنی در حدود ۵۰۰۰ سال پیش و به کشور چین بازمی گردد، که به جرأت می توان آن را از قدیمی ترین و در عین حال کاربردی ترین روشهای طبابت دانست که در حال حاضر در قرن ۲۱ مورد استفاده قرار می گیرد. در واقع نام این علم تشریح کننده مجموعه ای از روشهاست که توسط آن نقاطی از بدن برای دریافت نتایج موردنظر با روشهای خاص همچون استفاده از سوزن تحریک می شود. شاید بارها به ذهن ما خطور کرده باشد که واقعاً این سوزن ها در بدن چه کاری را انجام می دهند؛آیا به داخل عضلات یا استخوان فرو می روند؛آیا داخل رگها می شوند؛ یا اینکه سوراخهایی در بدن برای اسکان آنها وجود دارد و.... . بهتر است مبحث را کمی بازتر کنیم تا در این مقدمه به واقعیت امر بپردازیم. جریانی که ما با آن سروکار داریم نامش « انرژی حیاتی » می باشد که چینی ها آن را « چی » و هندوان آن را «پرانا» می نامند. بنابر اعتقادی که در فلسفه هندوها وجود دارد ما در هنگام تنفس هوا بداخل شش ها علاوه بر اکسیژن یک انرژی حیاتی با نام پرانا نیز استنشاق می کنیم که باعث ادامه حیات ما است، اما با تحقیق دانشمندان چیزی جز اکسیژن در هوا یافت نشد. واقعاً این چه نیروی عظیمی است که با کنترل و مدیریت صحیح آن، مرتاضان هندی و بوداییان معبدهای چین کارهای خارق العاده ای را انجام می دهند، در پایان خواهید دید که با درک شناخت واقعی از خود به موجب سازش با طبیعت اطراف، می توان انرژی حیاتی را از آن احساس و دریافت نمود، همچنین از لحاظ طبی برای درک صحیحی از جریان چی بهتر است بدن انسان را به کره زمین و کانالهای انرژی موجود در آن را به رودخانه ها تشبیه کنم، در اینصورت زمانی که آب رودخانه زیاد و کم گردد و یا سدی مانع ورود آن شود

باعث اختلال در مناطق موجود می گردد دقیقاً حرکت این جریان در بدن نیز به اینصورت است که اگر سدی مانع ورود جریان انرژی حیاتی گردد و یا مسیر جریان و کمی و زیادی آن تغییر پیدا کند آن زمان است که بدن دچار بیماری می شود و سوزن ها نقش خود را ایفا می کنند، با فرو کردن سوزنها در بدن و در نقاط خاص خود، می توان با ترکیبات صحیح دستی و الکتریکی سد موجود در برابر جریان را برداشته و انرژی را آزاد کنیم، همچنین جریان موجود را کم یا زیاد و مسیر حرکت آن را مشخص نمائیم. به زبان دیگر هنگامی که زانوی ما درد می کند در لحظه آغاز درد، دستهایمان را در اطراف آن فشار می دهیم و حس می کنیم که درد ما کمتر شده است این مبحث را می توان پایه طب فشاری و آغاز محکمی برای به وجود آمدن طب سوزنی دانست. امید است با خواندن بخش های این کتاب بتوانید از فلسفه این علم بیشتر آگاهی یابید.

مؤلف

(۸۶/۶/۱۴)

طب باستانی چین یا **TCM**[1] خلاصه ای از تجربیات مردمان چین در مقابله با انواع بیماریها برای هزاران سال است، برای رسیدن به دانش عملی و تحلیل یکتایی این سیستم از لحاظ تئوری، بر آن آمدم تا جزوه ای ساده و پر محتوا را برای دوستداران این هنر تالیف کنم .

طب سوزنی و موکسا[2] دو بخش مهم از طب باستان چین می باشند. دانش اولیه و آگاهی لازم مقدماتی و اساسی طب باستانی چین اصولاً شامل تئوریهای یین و یانگ، ۵ عنصر، زانگ و فو[3]، کانالها و همسایگان آن، انرژی چی، خون و مایع بدن، شیوه درمان، روشهای تشخیص و شناسایی علائم بیماری می باشد .

که بطور کامل به تعریف هرکدام در صفحات بعدی می پردازیم .

---

۱. **Traditional Chinese Medicine**

۲. یک نوع وسیله سوزاندن است که از گیاهانی از جمله برنجاسف ساخته می شود و در اشکال مختلفی از جمله هرمی- رُل و...وجود دارد.

۳. به ارگانهای داخلی بدن اطلاق می شوند که فو (**fu**) به روده بزرگ، روده کوچک و... و زانگ (**zang**) به کبد، کلیه و... گفته می شود.

۱. یین و یانگ

این تئوری به ما می فهماند که هر شی یا هر مفهومی در جهان شامل دو جنبه تضادی با نامهای یین و یانگ می باشد که در آن واحد که در کشمکش هستند، وابسته بهم می باشند و تعادل میان آن دو باعث برقراری نظم، اعتدال و... است. این ارتباط به طور وسیعی در طب باستانی چین برای تشریح فیزیولوژیکی و پاتولوژیکی بدن انسان به عنوان راهنمای تشخیص و درمان در اعمال طبی مورد استفاده قرار میگیرد .

یین به چیزهایی همچون ماه، زن، شب و... و یانگ به مرد، خورشید، روز و ... اطلاق میگردد. بر طبق نظر پژوهشگران طب باستان چین آب وآتش بهترین نمادهای یین و یانگ هستند، چنانکه از خصوصیات آب می توان به پایین ریختن، سردی، کم نوری در حالیکه از خصوصیات آتش می توان به بالا رفتن ،گرمی ،پر نوری اشاره کرد، در این صورت می توان استنباط کرد که هر چیزی از جمله بی حرکتی، سردی، موقعیت پایین تر(مستقیم به پایین) ،موقعیت درونی(مستقیم به داخل) ،تیرگی، سستی، جلوگیری از بروز احساسات، کندی و... را مربوط به یین و هر چیزی که پر تحرک، داغ بودن ،در موقعیت بالاتر(حرکت به سوی بالا)، موقعیت خارجی (به بیرون) ،روشنی، پر توانی، برانگیختگی، سریع بودن و... مربوط به یانگ می باشد؛ همچنین بافت ها و ارگانهای بدن بسته به محل و عملکردشان به یین و یانگ مرتبط هستند .

بعنوان مثال :

یین **yin**	قفسه سینه و شکم-اعضای پایین کمر- * ارگانهای زانگ
یانگ **yang**	پشت- اعضای بالای کمر- * ارگانهای فو

*لازم به توجه است که هر ارگان از دستهٔ زانگ و فو خود یک سلسله یین و یانگ است بدون روز هیچ شبی معنا ندارد و بدون تحرک، بی حرکتی معنا ندارد پس در عین حال که با هم در تضادند به هم مرتبطند. تعادل این دو در مورد هر ارگانی آنقدر مهم است که عدم تعادل آن موجب نقصان یا زیادی می شود؛ به عنوان مثال علائم سردی یا گرما به علت زیادی عوامل زیان بار مربوط به نوع (زیادی) **shi** است در حالیکه سردی یا گرما را به علت کمی مقاومت عمومی، مربوط به نوع (نقصان) **xu** می نامند، که جهت درمان برای اولی از شیوهٔ (**xie** کاهش) و برای دومی از نوع (تقویت**bu**) استفاده می کنیم .

۲. ۵ عنصر

جهان مادی ما از ۵ عنصر پایه با نامهای چوب، آتش، زمین، آب و فلز ساخته شده می باشد که ارتباط خاصی مابین این عناصر برقرار است. برای آشنایی بیشتر لازم است که به چند نکته اشاره کنیم؛ انسان در طبیعت زندگی می کند و محیط طبیعت از قبیل تغییرات هوا و شرایط جغرافیایی بطور کلی درفعالیتهای فیزیولوژیکی ما تأثیر می گذارد. این علم به ما می فهماند که ارتباط عمیقی مابین انسان و طبیعت وجود دارد و بنابر شناسایی طب باستان چین رابطه های فیزیولوژیکی و پاتولوژیکی، ارگانها و بافتهای زانگ و فو با تعداد مهمی از عوامل محیط طبیعت برقرار است؛ این عوامل در ۵ دسته طبقه بندی می شوند. به الگوریتم زیر برای ملاحظهٔ ارتباط دقیق عناصر زانگ و فو با عوامل طبیعت توجه نمایید.

طبیعت						بدن انسان					
جهات جغرافیایی	چشایی	رنگها	رشد و توسعه	عوامل طبیعت	فصول	احساسات	۵ بافت	۵ ارگان حسی	فو	زانگ	۵ عنصر
شرق	ترش	سبز	سبز شدن و جوانه زدن	باد	بهار	عصبانی	رباط (تاندون)	چشم	کیسه صفرا	کبد	چوب
جنوب	تلخ	قرمز	رشد ونمو	گرما	تابستان	شاد	رگ	زبان	رودهٔ باریک	قلب	آتش
مرکز	شیرین	زرد	دگرگونی	رطوبت	تابستان دیر	مراقبه	ماهیچه	دهان	معده	طحال	زمین
غرب	تند	سفید	درو کردن	خشکی	پاییز	غصه وغم	پوست و مو	بینی	رودهٔ بزرگ	ریه	فلز
شمال	شور	سیاه	ذخیره کردن	سردی	زمستان	ترس و وحشت	استخوان	گوش	مثانه	کلیه	آب

برای درک بهتر این جدول می توانید در نظر بگیرید افرادی که زود عصبانی می شوند دچار اختلال در کبد هستند و کسانی که طعم دهانشان تلخ است و گرما آنها را ناراحت می کند دارای اختلالات قلبی می باشند.

۲.ارگانهای زانگ و فو (Zang-Fu)

ارگانهای زانگ و فو نامهایی برای ارگانهای داخلی بدن می باشند که به تعداد ۶ ارگان zang با نامهای « قلب، کبد، طحال، ریه، کلیه و غشاء خارجی قلب» است؛ که عملکرد فیزیولوژیکی اصلی آنها کنترل و ذخیرهٔ اساسی انرژی حیاتی (چی Qi) ، خون و مایع بدن می باشد، و ارگان Fu با نامهای « روده کوچک، کیسهٔ صفرا، معده، رودهٔ بزرگ، کیسهٔ مثانه و سان جیائو » وجود دارند که عملکرد اصلی آنها دریافت و هضم غذا، جذب مواد

مغزی، انتقال و خارج کردن مواد زاید است؛ علاوه بر این ۱۲ ارگان، ما ۲ بخش فوق العاده با نامهای مغز و زهدان را نیز داریم .

« ارگانهای زانگ در عملکرد متفاوت از ارگانهای فو هستند اما این تفاوت تنها ارتباط بین آنها می باشد»

اکنون بطور خلاصه به بررسی و توصیف هر کدام از این ارگانها می پردازیم :

ارگانهای زانگ / دزانگ (zang)

۱. قلب

قلب واقع در ناحیهٔ سینه ای و منتهی به روده کوچک می باشد که بطور داخلی و خارجی با روده کوچک در ارتباط است (لازم به توجه است که هر ارگان زانگ با یک کانال متصل به یک ارگان فو می باشد این وضعیت را ارتباط داخلی و خارجی می نامند)؛ قلب همچنین به داخل زبان باز می شود (لازم به توجه است که هر ارگان زانگ به داخل یک ارگان حسی که ارتباط نزدیک ساختاری یا فیزیولوژیکی و پاتولوژیکی میان ارگانهای داخلی و ارگانهای حسی را نشان می دهد، باز می شود) پس می توان زبان را آیینهٔ قلب دانست که بسته به رنگ، شکل، طعم و... اختلالات قلب را تشخیص داد، عملکردهای اصلی قلب کنترل خون رگها و محافظت از خاطر(ذهن) می باشد. از دیگر عملکردهای آن می توان ادارهٔ فعالیتهای روحی و اعمال فیزیولوژیکی مغز، همچون سر زندگی، هوشیاری،حافظه، تفکر و خواب را نام برد، همچنین بنا به گفته ای « قلب بر رگها تسلط دارد و رگها از ذهن حمایت می کنند.»

۲. کبد

کبد واقع در سمت راست و مرتبط با کیسهٔ صفرا است، کبد به داخل چشم باز شده و با کیسهٔ صفرا ارتباط داخلی و خارجی بودن را دارد، و از عملکردهای اصلی آن می توان «ذخیرهٔ خون، نگهداری جریان Qi و کنترل تاندونها را نام برد ».کبد کار تنظیم و ذخیرهٔ حجم خون در گردش را دارد و در طول استراحت بخشی از خون در کبد باقیمانده تا در فعالیتهای شدید خون، این مقدار خون آزاد شده و برای افزایش به حجم خون در گردش در مواقع ضروری، و مورد نیاز اضافه گردد؛ همچنین کبد مرتبط با فعالیتهای احساسی به ویژه پریشانی و عصبانیت است که نشان از ضعف کبد می باشد، و این زمانی اتفاق می افتد که انرژی Qi را نتواند آزاد کند، یین و خون کبد تغذیه کنندهٔ تاندونها می باشند و کبد براخل چشم باز می شود که ارتباط عمیقی با دید و حرکتهای چشم دارد.

۳. طحال

طحال مرتبط با معده و با آن رابطهٔ داخلی و خارجی بودن را دارد، همچنین به داخل دهان باز شده و عملکردهای اصلی آن هدایت، انتقال و تغییر شکل به این معنا که هضم و جذب غذا را انجام می دهد، و مسئول کنترل خون و ماهیچه ها می باشد، از طرفی عملکردهای نرمال طحال برای داشتن اشتهای خوب، هضم و جذب خوب، تغذیه خوب و مایع انتقال نرمال خوب مورد نیاز است، بعنوان مثالی اگر شما اشتهای خوبی داشته باشید لبهای شما قرمز و براق خواهند بود .

۴. ریه

ریه واقع در سینه و مرتبط با رودهٔ بزرگ است و به داخل دماغ باز شده و ارتباط داخلی و خارجی بودن را با روده بزرگ دارد. از عملکردهای آن می توان حکمرانی Qi و کنترل تنفس، تنظیم آب عبوری و مسلط بر پوست و مو می باشد؛ ریه را می توان حکمران بر

عملکردهای حیاتی Qi در کل بدن نامید و بی مانعی در تنفس و یک احساس تازگی در بویاییتان را می توانید از عملکرد خوب ریه ببینید.

۵. کلیه

کلیه واقع در پهلوها و مرتبط با کیسه مثانه می باشد و با آن ارتباط داخلی و خارجی بودن را دارد، به داخل گوش باز شده و عملکردهای اصلی آن ذخیره مواد اساسی و حکمران تولید مثل انسان، رشد و توسعه، همچنین محافظت از استخوان و خون سازی و تسلط بر مایع بدن و دریافت Qi را بر عهده دارد عملکرد شنیداری وابسته به Qi کلیه است و عامل کری در افراد مسن نشانگر نقصان Qi کلیه می باشد، بر اساس Nei Jing[۱] (یا به طور کلی huang di Nei Jing به معنای کانون طب پادشاه زرد که در سالهای مابین ۵۰۰ تا ۳۰۰ قبل از میلاد مسیح نوشته شده است، که از کاملترین کتب چینی در این زمینه می باشد.)

در سن ۱۴ سالگی برای زنان و ۱۶ سالگی برای مردان Qi کلیه شکفته می شود که آغاز آن برای زنان به شکل قاعدگی و برای مردان به شکل انتشار منی می باشد. وقتی که زنان به سن ۲۸ سالگی و مردان به حدودهای ۳۲ سالگی می رسند Qi کلیه به اوج میرسد و بدن رشد کرده و توسعه می یابد که به اصطلاح گفته می شود به آغاز زندگی می رسیم ، وقتی زنان به سن ۴۹ سالگی و مردان به ۶۴ سالگی میرسند Qi کلیه شروع به کاهش کرده و عملکرد تولید مثل به تدریج به پایان می رسد .

۶. غشاء خارجی قلب

یک لایه اطراف قلب می باشد که با سان جیائو در ارتباط است و رابطه داخلی و خارجی بودن در مورد آن صدق می کند؛ از عملکردهای اصلی آن حمایت از قلب می باشد، در

واقع این ارگان بیشتر به عنوان یک ارگان وابسته به قلب خوانده می شود تا به عنوان یک ارگان مستقل .



ارگانهای فو (Fu)

۱. رودهٔ کوچک

واقع در شکم، از بالا مرتبط با معده و از پایین به رودهٔ بزرگ وابسته است و با قلب ارتباط داخلی وخارجی بودن را دارد، عملکرد اصلی آن دریافت و ذخیرهٔ موقت اندک غذای هضم شده در معده می باشد، در اضافه اینکه هضم غذا و جذب مواد اساسی و

همچنین یک بخش از آب موجود در غذا را جذب می کند، و نیز روده کوچک مانده های غذا را با یک میزان قابل توجه مایع، به رودهٔ بزرگ انتقال می دهد .

۲. کیسه صفرا

کیسه صفرا متصل به کبد می باشد و با کانال آن در ارتباط است، رابطهٔ داخلی و خارجی بودن در مورد آن دو برقرار است، عملکرد اصلی آن ذخیره صفرا و دفع مداوم آن به روده ها برای کمک به هضم غذا می باشد. عملکرد کیسه صفرا ارتباط نزدیکی با عملکرد کبد در بالا بردن گستردگی انرژی حیاتی دارد. بنابر گفته ای در طب باستان چین از عوامل مهم در گستردگی وعدم موانع در مسیر انرژی حیاتی، وجود دو کانال مشهور کبد و کیسه صفرا می باشد .

۳. معده

معده واقع در بالای شکم و از خروجی بالا به وسیله کاردیا با مری متصل است و از خروجی پایین با روده کوچک در ارتباط می باشد، با طحال ارتباط داخلی و خارجی بودن را دارد؛ عملکرد اصلی آن دریافت و تجزیهٔ غذا است. معده توده غذایی را که در دهان از میان مری، حرکت می کند اندکی را هضم می کند و بطور موقت ذخیره کرده و دریافت می نماید و سپس بسوی روده کوچک روانه می کند؛ همچنین بنابر گفته ای در طب باستان چین، معده و طحال منابع سلامتی بدن می باشند .

۴. رودهٔ بزرگ

واقع در شکم، از بالا با روده کوچک و از پایین با خروجی بدن در مقعد در ارتباط است؛ عملکرد اصلی روده بزرگ دریافت مواد زائد از روده کوچک و در فرآیندی انتقال آن

به مقعد و همچنین جذب بخشی از محتویات مایع و سپس روانه ساختن آن به خارج از بدن می باشد .

۵. کیسه مثانه

واقع در پایین شکم و کانال آن مرتبط با کلیه و ارتباط داخلی و خارجی بودن را با آن نیز دارد. عملکرد اصلی آن ذخیرهٔ موقت ادرار و تخلیهٔ آن از بدن هنگام تجمع مایع می باشد .

۶. سان جیائو

این کانال متصل با غشاء خارجی قلب است و با آن ارتباط داخلی و خارجی بودن را دارد، سان جیائو یک ارگان ذاتی نمی باشد بلکه تعمیمی از عملکرد بعضی از ارگانهای زانگ و فو است که در بخش های مختلفی از حفره های بدن وجود دارد. سان جیائو به سه بخش تقسیم می شود:

(۱) **بخش بالایی** : تعمیمی از عملکرد قلب و ریه در انتقال Qi و خون به تغذیه بخش های مختلف بدن می باشد .

(۲) **بخش میانی** : تعمیمی از عملکرد طحال و معده در هضم و جذب می باشد .

(۳) **بخش پایینی** : تعمیمی از عملکرد کلیه و کیسه مثانه در کنترل متابولیسم آب به عنوان ذخیره و دفع ادرار می باشد .

*****

ارگانهای فوق العاده

۱. مغز

بنا بر گفته ای در طب باستان چین، مغز را دریای مغز استخوان نامیده اند که بخش بالایی آن زیر رأس فرق سر، نقطهٔ (baihui (Du20 واقع است و بخش پایینی آن به (fengfu (Du16 می رسد" گذشته از این قلب که مسکن ذهن و همچنین کبد که حکمران گستردگی عملکرد انرژی حیاتی می باشد هر دو مرتبط با فعالیتهای روحی هستند؛ براساس طب باستان چین فعالیتهای روحی با ارگانهای متنوعی کنترل می شود و قلب آغازگر اصلی این فعالیتها می باشد .

۲. زهدان (بچه دان)

عملکرد زهدان ادارهٔ قاعدگی زنانه و تغذیهٔ جنین می باشد. کانالها و ارگانهای داخلی مرتبط با عملکرد زهدان به صورت زیر می باشند :

(۱) **کلیه** : زهدان متصل با کلیه و تنها وقتیکه اسانس کلیه فراوان است می تواند دورهٔ قاعدگی بطور منظم تکرار یابد و بارداری و رشد جنین را امکان پذیر سازد .

(۲) **کبد** : کار کبد ذخیره خون و تغذیه حجم خون در گردش است، که همچنین مسئول قاعدگی نرمال می باشد .

(۳) **کانال ren و کانال chong** : هر دو سر چشمه در زهدان دارند. کانال ren عملکردهای همه کانالهای یین را تنظیم کرده و جنین را تغذیه می نماید.

کانال chong عملکرد Qi و خون ۱۲ کانال منظم را تنظیم می کند. Qi و خون ۱۲ کانال منظم که از میان ۱۲ کانال عبور دارند به داخل زهدان باز می شوند، همچنین تاثیری بر میزان جریان قاعدگی و سیکل آنرا نیز دارد.

کانال ها

کانالها در تمام بدن پخش می شوند و پیوند ارگانهای داخلی زانگ و فو با بافت ها و ارگانهای متنوع بخش سطحی بدن منجر به تمامیت ذاتی بدن می گردد که در ذیل به معرفی آنها می پردازیم.

(۱) مجموعهٔ اصطلاحات و طبقه بندی ها

سیستم کانالها اصولاً شامل ۱۲ کانال منظم، ۸ کانال یدکی و ۱۵ کانال همسایه می باشد، ۱۲ کانال منظم به علاوه کانال ren (زهدان) و کانال Du (مغز) مجموعه ای از ۱۴ کانال مورد استفاده طب سوزنی و موکسا می باشند.

نام کامل هر یک از ۱۲ کانال منظم ترکیبی از سه بخش است :

(۱) **دست و پا.** (۲) **یین و یانگ** (که یین خود به تای یین، شائو یین و جوئه یین و یانگ به تای یانگ، یانگ مینگ و شائو یانگ تقسیم می شوند)، (۳) **ارگانهای زانگ یا فو .**

دست یا پا در نام کانال مرتبط به این است که کانال از دست یا پا شروع و خاتمه یابند، در حالیکه **یین یا یانگ** و **ارگانهای فو و زانگ** مرتبط به این هستند

که نشان می دهند که کانال در راستای میانی و یا پهلوی عضو امتداد دارند و ارگان زانگ و فو مرتبط به آن می باشند . برای نمونه، کانالی که در دست خاتمه می یابد و در راستای وجه میانی عضو بالا حرکت می کند، متعلق به ریه است و آن را (**کانال ریه دست-تای یین**) می نامند.

در مورد ۸ کانال یدکی می توان گفت که ارتباطی با ۱۲ کانال یا مرتبط با ارگانهای زانگ و فو نیستند که در ذیل نام آنها بهمراه عملکردشان نشان داده شده است :

۱.کانال *Du* : *Du* بمعنای کنترل و اداره کردن است که عملکرد اصلی آن کنترل همهٔ ارگانهای یانگ می باشد .

۲.کانال *ren* : *ren* بمعنای مسئولیت است که مسئولیت همه کانالهای یین را بر عهده دارد.

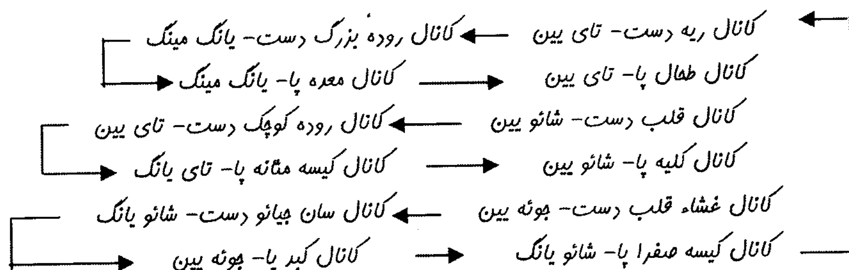
۳.کانال *chong* : *chong* بمعنای حیاتی (واجب) می باشد که یک کانال حیاتی مرتبط با همه کانالها است.

۴.کانال *Dai* : *Dai* بمعنای احاطه کردن و کمربند است و عملکرد آن پیوندسازی همه کانالها می باشد.

qiao : *qiao* بمعنای پاشنه است به این منظور که کانالهای *yinqiao* و *yangqiao* از پا آغاز می شوند، (*yangqiao*.۶-*yinqiao*.۵).

wei : *wei* بمعنای دُم می باشد و مشخص کننده ارتباط است به این معنی که کانالهای *yinwei* و *yangwei* بترتیب با همه کانالهای یین و یانگ در ارتباط می باشند، (*yangwei*.۸-*yinwei*.۷).

اکنون نوبت به معرفی ۱۲ کانال منظم است، بنابر آنچه گفته شد با نگاهی به نمودار زیر:



براحتی می توان نام کانالها و محل آنها را فرا گرفت ضمن اینکه در مباحث بعدی آنها را بطور واضح بر روی بدن نمایش خواهیم داد .

(۲) عملکرد کانال ها

وظیفه کانال ها به گردش درآوردن خون و qi گرم کردن و تغذیه بافتها و پیوندسازی همه بدن است، آنچنانکه حافظ سلامت ارگانهای زانگ و فو،۴عضو، پوست، ماهیچه، رباط (تاندون) و استخوان می باشد، از دیدگاه آسیب شناسی ، کانالها مسئول رخ دادن و انتقال بیماری می باشند. کانالها نه تنها مداخل درونی برای عوامل بیماریزای بیرونی هستند، بلکه آنها گذرگاههای مهمی میان ارگانهای زانگ و فو، بافتها و ارگانهای بیرونی بدن می باشند، برای مثال عدم عملکرد کبد در ترفیع گستردگی qi ممکن است منجر به افت qi معده با ظهور حالت تهوع و استفراغ گردد. بعنوان مثال دیگر، درد سوزان و ریشی(زخمی) زبان به علت اشتعال آتش قلب است. چنانچه هر یک از ۱۲ کانال مرتب، مرتبط و وابسته با یک ارگان خاص زانگ و یا فو می باشند، برای مثال عملکرد کبد، ترفیع و گستردگی qi در تراوش و دفع مواد زاید است، آن کانال در ناحیه « دیافراگم » واقع است. صلبیه زرد و درد این ناحیه نشانگر اختلال در کبد می باشد،

بعنوان مثال دیگر، سرفه و درد قفسهٔ سینه نشانگر اختلال در ریه است که وظایف انجام اعمال تنفسی را برعهده دارد که سرچشمه آن در قفسهٔ سینه می باشد.

Qi . خون و مایع بدن

qi خون و مایع بدن مواد اساسی در بدن جهت تقویت و حمایت فعالیتهای حیاتی می باشند. موجودیت و عملکرد آنها به ویژه qi بطور کلی در فعالیتهای تابعی ارگانها و بافتهای متنوع آشکار می باشد.« qi خون و مایع بدن همراه با ارگانهای زانگ و فو و کانالها، تئوری پایه و اساسی فیزیولوژی انسان را در طب باستان چین می سازند »

Qi (۳)

Qi در جنبه های متنوعی از فیزیولوژی(علم وظایف اعضاء) ، پاتولوژی(آسیب شناسی) و معالجهٔ بالینی مورد بحث قرار می گیرد. بطور کلی در هنگام صحبت کردن در مورد کلمهٔ qi دلالت بر هر دوی ماده و عملکرد داریم؛ برای نمونه، پاک کردن qi هدر رفتن qi و qi از اسانس غذا، مواد qi می باشند از طرفی مواد qi قلب، کبد، طحال، کلیه، معده و qi کانالها، qi تابعی و وظیفه مند است. ماده و عملکرد دو مفهوم متفاوت از هم می باشند اما ارتباط نزدیکی با هم دارند و نمی توانند کاملاً از هم جدا شوند به این دلیل که عملکرد باید برمبنای یک مادهٔ معین باشد، در حالیکه شکل معینی از ماده، منتهی به نمایش یک عملکرد مشابه است. توصیف کننده های ماده qi در بدن انسان متنوع با پخش، منبع و عملکرد می باشند .

منبع qi (yuanqi) بعنوان qi کلیه شناخته می شود، که جوهری ارثی از والدین و مرتبط با عملکرد تولیدمثل می باشد که اشاره به qi ارثی دارد .

تمیز کردن qi (qingqi) و qi از اسانس غذا، بترتیب از جو و غذای بعد از تولد حاصل می شود که بعنوان qi اکتسابی شناخته می شود. دو نوع qi در قفسه سینه اسانس qi (zongqi) را تشکیل میدهند که عملکرد اصلی آن تغذیه قلب و ریه و بالا بردن عملکردهای اداره خون و رگها و انجام تنفس را بر عهده دارد. هر دوی qi مغذی (yingqi) و qi تدافعی (weiqi) را ماده اساسی در غذا تشکیل می دهد.

(۴) خون

اسانس غذای مشتق شده توسط هضم و جذب طحال و معده به داخل قلب و ریه انتقال داده می شود و سپس بداخل خون قرمز توسط دو ارگان تغییر شکل داده می شوند. کلیه ذخیره گاه اسانس می باشد. اسانس کلیه در فرآیند گردش خون از مغز و استخوان حمایت می کند. بنابراین خون شکلی از اسانس است که شامل اسانس غذا و اسانس کلیه می باشد. بعلاوه، qi کلیه انتقال و تغییر شکل دادن را توسط طحال و معده ترفیع داده و توان عملکرد تغییر شکل قلب و ریه را بالا می برد. خون از مغذی qi مایع بدن و اسانس کلیه ساخته می شود، که مواد اساسی برای اعمال خون می باشند برای مثال،« به جریان انداختن رگهای مغذی بدن و بالا بردن فعالیتهای تابعی ارگانها و بافتهای متنوع » خون و qi ارتباط نزدیکی با همدیگر دارند، گردش خون وابسته به qi می باشد، در حالیکه شکل رشد و پخش qi مرتبط با خون است. همچنین xu (نقصان) qi اغلب منجر به xu خون است، و xu خون در گردش، اغلب منجر به xu qi می باشد. رکود qi اغلب باعث رکود خون و بلعکس می باشد.

(۵) مایع بدن

غذا و نوشیدنی بویژه بعد از عمل جذب به مایع بدن تبدیل می شود، که در خون و حفره ها و درزهای بافتها وجود دارد. مایع بدن دو نوع می باشد:۱. نوع شفاف و رقیق که جهت گرم کردن و تغذیه عضلات و مرطوب ساختن پوست بداخل آنها نفوذ می کند. ۲. نوع تیره و چسبناک که حمایت از حفره های مفاصل، مغز و روزنه های بدن، روان سازی مفاصل، سخت کردن مغز و مرطوب سازی روزنه ها را بر عهده دارد. عرق کردن، ادرار و بزاق همه اشکالی از مایع بدن می باشند. خون همچنین حاوی میزان زیادی از مایع بدن است. از لحاظ فیزیولوژیکی و پاتولوژیکی، عرق کردن، ادرار، بزاق و خون ارتباط نزدیکی با متابولیسم مایع بدن دارند .

علت شناسی بوجود آمدن بیماریها

بدن آدمی متصف به توانایی پایداری در مقابل تعرض نوع های مختلفی از عوامل بیماریزا می باشد. آنچنانکه یک ارتباط تنگاتنگ را با نگهداری تعادل درونی، میان بدن انسان و شرایط محیط زیست برقرار می سازد. « این توانایی با نام عامل ضد بیماری (qi) خوانده می شود » .

۶.۱ عوامل بیرونی

تغییرات نرمال در آب و هوای ۴ فصل عموماً به باد، سرما، تابستان گرم، رطوبت، خشکی و (گرما، آتش، گرمای ملایم) نام گذاری میشود. فعالیتهای حیاتی بدن انسان ارتباط نزدیکی با تغییرات آب و هوایی دارد. اگر این عوامل بطور غیر نرمالی تغییر کنند یا به طبیعت سازگار بدن انسان بزور فشار بیاورند، یا عامل ضد بیماری بدن ضعیف شده باشد، آنزمان است که بدن دچار بیماری خواهد شد .

الف) باد

عامل بیماریزای باد در بهار شایع می باشد که بعنوان بیماریهای باد از آن نام می برند. بعد از عرق کردن، یا خوابیدن در یک آبخور یا قرار گرفتن در برابر باد علائم آن ظاهر می شود :

(۱) باد، دارای ویژگی پراکندگی بسوی بیرون و بالا را دارد که یک عامل بیماریزای یانگ می باشد، از بیرون به بدن نفوذ می کند، اغلب به عضوهای بالای بدن و جهت تضعیف کردن qi ترافعی و باعث اختلال در باز و بسته کردن منافذ بر روی سطح بدن حمله می نماید. از علائم آن می توان، سردرد، گرفتگی دماغ، درد و سوزش گلو، پف کردن صورت، ناسازگاری با باد و عرق کردن را نام برد .

(۲) بادی که در تندبادها رخ میدهد با تغییرات سریع مشخص می شود که بیماریهایی که در این دسته روی می دهند، شامل التهاب و درد مفاصل و کهیر می باشد.

(۳) بادی که با حرکت ثابت مشخص می شود، میل به حرکت دائمی دارد، که باعث حرکات غیرعادی یا اسپاسم و سفتی بالا تنه و عضوها می شود، گرفتگی و لرزش ۴ عضو و سفتی گردن را می توان نام برد. همچنین، کزاز، انحراف چشم و دهان و رعشه های صورت مرتبط با این عامل می باشند.

(۴) باد، مستعد در شرکت کردن با دیگر عوامل بیماری زا می باشد، عامل بیماریزای باد می تواند با سرما، رطوبت، خشکی یا گرما شریک شده و عاملهای بیماریزای کاملی با نامهای باد-سرما، باد-رطوبت، باد-خشکی یا باد-گرما را بوجود آورد، باد همچنین ممکن است با بلغم تولید یک علامت بیماری با نام باد-بلغم بنماید.

ب) سرما

عامل بیماری زای سرما در زمستان شایع می باشد که بعنوان عوامل بیماریزای سرما نام گرفته است. در فصل سرما، با پوشش لباس کم و بعد از عرق کردن در معرض سرما قرار گرفتن و... همه در رشد عامل بیماریزای سرما نقش دارند.

(۱) سرما یک عامل بیماریزای یین می باشد که یانگ qi را مصرف می نماید، یا به گونه ای دیگر سردی باعث افزایش یین و بنابراین عامل بیماریزای یین می گردد. وقتیکه یانگ qi بدن توسط سرما مصرف می شود، عملکرد نرمال خود را که بالا بردن درجه گرمی بدن است از دست می دهد و همچنین سرما با مواردی همچون سرد شدن بدن، لرزیدن، سردی اعضا، کمرنگی، اسهال با غذاهای هضم نشده در مدفوع و افزایش حجم ادرار روشن آشکار می شود .

(۲) سرما که با انقباض و رکود مشخص می شود توسط تعرض این عامل بیماریزا ممکن است باعث انقباض کانالها و تأخیر در گردش خون گردد، علائم آن درد طبیعی، سردی و بی حسی می باشد. سرما ممکن است همچنین باعث بسته شدن منافذ با سردی و کمبود در عرق کردن شود .

پ) گرمای تابستان

این عامل بیماری تنها در فصل تابستان رخ می دهد که با عنوان عامل بیماریزای تابستان گرم شناخته می شود. آغاز آن اغلب با قرار دادن بدن در مقابل نور خورشید در روزهای گرم، یا ماندن در یک اتاق گرم بدون تهویه می باشد.

(۱) تابستان گرم qi و یین را مصرف کرده و ممکن است باعث برهم زدن ذهن گردد. توضیح اینکه عامل بیماریزای تابستان گرم یک عامل یانگ می باشد که از جمله ویژگیهای آن بطور مستقیم و پراکنده بسوی بالا رفتن است. تعرض این عامل بیماریزا باعث افزایش عرق کردن، تشنگی، کوتاهی تنفس، سستی و غلیظ کردن ادرار می

باشد. در موارد شدید آن ممکن است بصورت تب بالا، بیقراری، پوست خشک قرمز، و همچنین علائم ناخوشی روحی همچون حمله ناگهانی، روان آشفتگی و کما باشد.
(۲) تابستان گرم، اغلب با رطوبت باعث بیماری می شود، چنانچه باران، گرمای تابستان را جمع می کند. از علائم آشکار آن گیجی، احساس سنگینی در سر، احساس خفگی در سینه، حالت تهوع، بی اشتهایی، اسهال و تنبلی عمومی را می توان نام برد .

ت) رطوبت

عامل بیماریزای رطوبت اساساً در فصل بارانی تابستان دیر رخ می دهد، که بعلت پوشش لباس مرطوب با عرق یا باران، جا ومکان مرطوب و تماس مکرر با آب در طول کار بوجود می آید .
(۱) رطوبت یک عامل بیماریزای ذاتی است که در طبیعت پر بار می باشد. در هنگام تعرض، باعث بالا رفتن علائمی همچون سنگینی و یک احساس بادکردگی در سر می شود چنانچه گویی که سر را با یک باند گره می زنند . همچنین گیجی، سستی عمومی، سیری(احساس خفقان) در قفسه و بالای شکم، حالت تهوع، استفراغ و یک طعم شیرین و چسبنده را در دهان بهمراه دارد .
عامل بیماریزای رطوبت یک ملعون در طبیعت بشمار می رود، تعرضات آن اغلب باعث بیماریهای پوست، زخم های تراوشی و آب و ادرار تیره و ... می شود.
(۲) رطوبتی که با ناروانی و رکود مشخص می شود اغلب دیر اتفاق می افتد و با علائم bi (شامل التهاب و درد مفاصل) و التهاب مغز مسری همراه است.

ث) خشکی

این عامل بیماریزا اغلب در پاییز دیر، وقتیکه در جو فقدان رطوبت وجود دارد رخ می دهد. عامل بیماریزای خشکی مایع یین را کاهش می دهد (بویژه یین ریه) و از لحاظ درمانی، خشکی و درد گلو، سرفه خشک بهمراه خلط سینه و ... از جمله بیماریهایی هستند که با این عامل بوجود می آیند.

ج) (گرما، آتش، گرمای ملایم)

گرما،آتش و گرمای ملایم هر سه عامل بیماریزای یانگ می باشند. آنها از یک طبیعت یکسان می باشند اما در شدت با هم تفاوت دارند. در میان آنها،آتش بیشترین شدت و گرمای ملایم کمترین شدت را دارد.

گرما، همچون گرمای تابستان، دارای خصوصیات پراکندگی و کاهش یین با تمایل به سوی بر هم زدن ذهن را دارد .

(۱) تعرض گرما متمایل با تحریک باد، باعث اختلال در خون می شود. افزایش عامل بیماریزای گرما در خروج یین از کبد باعث سوءِ تغذیهٔ تاندونها و کانالها می گردد. از علائم آشکار آن می توان تب بالا که با آشفتگی روانی و کما همراه است و همچنین تشنج، خشکی گردن، بالا رفتن چشم ها را نام برد، این نوع را « شدت گرمای تحریک کنندهٔ باد » گویند، همچنین ممکن است باعث خون دماغ شدن و جوش های پوست شود که آن را می توان « افزایش گرمای بر هم زنندهٔ خون» نامید.

(۲) عفونت پوستی از جمله بیماریهایی هست که توسط این عامل بوجود می آید، همچنین بیماریهای پوستی مانند دمل بزرگ، جوش، التهاب و زخم با سرخی محل، ورم، داغی و درد اساساً توسط این عامل بیماریزا بوجود می آیند.

۲. ۷ عامل روحی

فعالیتهای روحی مرتبط با احساسات می باشند که در طب باستان چین به شادی، عصبانیت، افسردگی، غم، تفکر زیاد، ترس و ترس ناگهانی طبقه بندی و با نام عوامل بیماریزای درونی شناخته می شوند. این ۷ احساس، بازتابی از حالات روحی انسان است، چنانچه با تحریکات متنوعی در محیط زیست وی برانگیخته می شوند.
بیماریهایی که اغلب با این عوامل صورت می گیرد، عدم عملکرد ارگانهای زانگ و فو و اختلال در گردش qi و خون را نشان می دهند. بعنوان مثال، عصبانیت به کبد، افزایش شادی به قلب، غم به ریه، تفکر به طحال، و ترس به کلیه صدمه می زند. به گونه ای دیگر افزایش غم، افسردگی و تفکر عمیق ممکن است باعث عدم فعالیت طحال و معده در انتقال و تغییر شکل داشته باشند که آن خود نیز باعث بی اشتهایی و سیری غیر عادی و بادکردگی بعد از وعده های غذا می شود.

۳. عوامل بیماریزای متفرقه

که شامل خوردن غذاهای ناهنجار، فشار زیاد و استرس یا فقدان توان فیزیکی، زخمهای جراحتی، رکود خون و بلغم می باشند که در ذیل به توضیح آنها می پردازیم؛

۱. خوردن غذاهای ناهنجار

(ا) به اجبار غذا خوردن یا زیاد خوردن غذای سرد یا خام که بر روی عملکرد طحال و معده در انتقال، تغییر شکل، دریافت و هضم و جذب غذا اثر گذاشته و باعث حالت تهوع، استفراق، آروغ زدن هوای ناپاک، درد بالای شکمی و درد با باد کردگی شکم، قورقور شکم و اسهال میگردد .

(۲) افراط در نوشیدن الکل یا مواد روغنی و خوردن غذاهای بیش از اندازه چاشنی دار موجب تولید رطوبت-گرما یا بلغم- گرما می شود که اول بر روی طحال و معده اثر می گذارد .
(۳) خوردن مواد مغذی خیلی کم، بدلیل کمبود غذا و نیز ضعف طحال و معده مانع خوردن مواد مغذی با تأیید بر گوارش و جذب می شود. سوءتغذیه از نشانه های خون و **qi** ناکافی است که منتهی به مرض لاغری، سستی، گیجی، تاری دید، تپش قلب و حتی سنکوپ می شود .
(۴) خوردن غذاهای غیربهداشتی از جمله غذاهای آلوده به مواد سمی یا غذای بیات که بر روی طحال و معده اثر گذاشته و باعث بیماریهای انگلی روده ها می شود .

(۲) فشار زیاد و استرس یا فقدان توان فیزیکی

به گفته ای کهن در فرهنگ باستان چین« آب جاری بیات نمی ماند و لولاهای در، توسط کرم خورده نمی شوند» به این منظور که حرکت دائم ممکن است جلوی چیزهایی را که فاسد می شوند بگیرد و توان فیزیکی در زندگی مهم است. بهرحال اصرار ورزیدن روی فشار زیاد ممکن است به بیماریهایی بدلیل مصرف عامل ضد بیماری و با علائمی همچون لاغری، سستی، افزایش عرق کردن، تپش قلب، گیجی، و تاری دید همراه باشد. فقدان توان فیزیکی یا توان فیزیکی مورد نیاز باعث تأخیر در گردش **qi** و خون و بطور کلی ضعف عمومی، سستی، چاقی و کوتاهی تنفس بعد از فشار می شود. همچنین باعث پایین آمدن مقاومت عمومی بدن می گردد .
افزایش فعالیتهای جنسی که به **qi** کلیه صدمه می زند، باعث آشکار شدن ضعف سلامتی، پشت درد، سستی و بیحالی می شود .

۳. زخمهای جراحتی

همچون شکاف هایی بوسیلهٔ تیراندازی تفنگ،کوفتگی ها، رگ به رگ شدن، تاول ها و سوختگی ها، نیش و گاز گرفتن حیوانات یا حشرات است.

۴. رکود خون و بلغم

(۱) رکود خون : بعلت تأخیر در گردش خون بدلیل عوامل متنوع و از مجرای خود خارج شدن خون و به فضای میان بافت ها یا در حفره ها یا شیارها رفتن می باشد، خون باقیمانده در بدن باعث اختلالات عملکردی مختلفی می شود ،

(۲) بلغم : اختلالات عملکردی ریه، طحال و کلیه ممکن است باعث نامنظمی متابولیسم آب، استخراج پخش غیر عادی مایع بدن می شود، وقتیکه بلغم تشکیل می شود ممکن است در بخش های از بدن و علائم مختلفی همچون موارد زیر داشته باشد :

الف) بلغم-رطوبت : که بر روی ریه (سرفه، آسم و دفع بلغم با افزایش خلط) اثر می گذارد.

ب) بلغم. قلب را می پوشاند : که باعث کما و خرخر در گلو می شود.

ج) بلغم مانع کانالها می شود : که فلجی ناقص، انحراف چشم ها و دهان و بی حسی اعضاء را بدنبال دارد.

د) بلغم زیر پوست نگهداری می شود : این گرفتگی شکل نرمی دارد و برآمدگی قابل حرکتی است .

« شیوه های تشخیص »

۱. معاینه (بررسی با چشم)
۲. گوش کردن(به صداهای داخل بدن) و حس بویایی
۳. پرسش کردن
۴. معاینه با دست

به عنوان ۴ شیوهٔ تشخیص در طب باستان چین شناخته می شوند. که در ذیل به طور مفصل به بررسی هر یک از آنها می پردازیم.

(۱) معاینه بوسیلهٔ مشاهده با چشم

الف) مشاهده عبارات و بیانات بیمار

بیان یک ابراز بیرونی از فعالیتهای حیاتی می باشد. بطور کلی در مورد صحبت کردن، اگر بیمار در حالت یک روحیهٔ بطور مساعد باشد دارای رفتارهای نرمال با درخشش در چشم

و پاسخ آگاهانه است و اگر بیمار بدون روحیه مساعد باشد در بیان الفاظش بی تفاوت همراه با چشم های گرفته و پاسخ های کسل کننده است .

ب) مشاهدهٔ رنگ پوست بیمار

مردم اغلب از رنگهای مختلفی می باشند، با این حال یک پوست درخشان با رنگ طبیعی یک حالت نرمال می باشد. برای نمونه، رنگ بدن یک فردِ چینی سالم، اندکی تیره با درخشش و چهرهٔ سرخ و سفید است .

رنگ چهرهٔ ناسالم : قرمز که نشانهٔ وجود گرما است ؛ کمرنگی که نشانهٔ وجود سردی یا **xu** خون است؛ زرد روشن که نشانهٔ یرقان و ارغوانی مایل به آبی بعلت رکود خون یا درد شدید است. درباره علائم رنگهای مواد زائد بدن از قبیل، مواد ترشح شده توسط بینی، خلط، مدفوع، ادرار و ترشح مهبلی، که روشن و سفید می باشد بطور کلی نشانهٔ **xu** و سردی است، در حالیکه رنگ تیره و زرد نشانهٔ **shi** و گرما است. قابل توصیه است که رنگ ها در روز روشن نگریسته شود زیرا رنگ واقعی زیر نور لامپ آشکار نمی شود، بویژه اگر لامپ دارای رنگهای سایه دار باشد .

پ) مشاهدهٔ ظاهر بیمار

مشاهده شکل ظاهری بیمار شامل این است که بدانیم آیا بیمار چاق است یا لاغر و آیا اینکه تغییر غیر عادی در شکل ایستادن و شیوه راه رفتن، نشستن، دراز کشیدن وی مشاهده می شود آیا هیچ حرکت غیر نرمالی در بالا تنه و اعضایش قابل مشاهده است، بطور مثال در شخص چاق اغلب *xu* *qi* و بیشتر بلغم-رطوبت وجود دارد؛ در حالیکه در شخصی که مرض لاغری دارد اغلب فزونکاری آتش نوع *xu* وجود دارد. فلج بودن دست ها و پاها معمولاً نشان از غیر کافی بودن *qi* و خون وانسداد کانالها است.

همچنین تشنج، انحراف چشم ها و دهان و پیچیدگی ماهیچه ها، معمولاً بدلیل نقصان یین و خون است، که اثر در سوء تغذیه رباط ها و رگها دارد. این علائم ممکن است همچنین بعلت تعرض عوامل بیماریزا به داخل کانالها بوجود آیند.

ت) مشاهدهٔ زبان

این نوع مشاهده شامل مشاهده زبان و پوشش روی آن می باشد که شیوه ای مهم در تشخیص بوسیله معاینه می باشد. ارتباط نزدیکی میان زبان و ارگانهای زانگ و فو، کانالها، **qi**، خون و مایع بدن وجود دارد. هر اختلالی ممکن است اثری آشکار روی زبان بگزارد. که رنگ، شکل و شرایط خشکی یا رطوبت همچنین جنبدگی زبان در تشخیص نوع بیماری بسیار مهم می باشد. یک زبان نرمال دارای یک سایز مناسب، رنگ قرمز روشن، آزاد در حرکت و با یک پوشش لایه نازک سفید روی سطح آن که نه خشک و نه زیاد مرطوب است می باشد. ابتدا زبان و سپس پوشش روی آن را بررسی می کنیم،

(۱) زبان

a) **زبان رنگ پریده** : کم رنگتر از زبان نرمال قرمز می باشد که نشان از علائم xu یا نوع سردی دارد که باعث تضعیف یانگ qi و غیر کافی بودن qi و خون یا بعلت تعرض عامل بیماریزای بیرونی سرما می باشد .

b) **زبان قرمز**: بطور غیر نرمال قرمز روشن می باشد که نشانه های متنوعی از علائم گرما از قبیل نوع shi بعلت تعرض عامل بیماری زای گرما و نوع xu که اثر در مصرف مایع یین دارد .

c) **زبان قرمز عمیق** : رنگ قرمز عمیق زبان در حالت شدیدی از یک بیماری تبی که توسط عامل بیماریزای گرما از بیرون به داخل بدن انتقال می یابد رخ میدهد،

همچنین بنظر می آید که بیمار از یک بیماری بطول انجامیده رنج می کشد بطوریکه مایع یین تخلیه گشته و آتش درونی که از نوع xu می باشد، فزونی یافته است .

d) **زبان مایل به ارغوانی (یا با نقاط ارغوانی)** : که نشان از رکود qi و خون است و همچنین نشان از فزونی سرمای درونی بعلت نقصان یانگ می باشد.

e) **زبان شل** : یک زبان بزرگتر از نرمال، شل، و سفید در رنگ و بعضی وقتها با جا ماندن اثرات دندان بر روی لبه های آن، نشان از نقصان هر دوی qi و یانگ و نگهداری رطوبت-بلغم در داخل بدن است و زبان شل عمیقاً قرمز در رنگ، نشانه فزونی عامل بیماریزای گرما در درون و فزونکاری آتش قلب می باشد.

f) **زبان شکاف برداشته** : خط ها یا شکافهای نامنظم روی زبان نشان از مصرف مایع بدن توسط افزایش گرما می باشد، همچنین از دست دادن اسانس کلیه و فزونکاری آتش بعلت نقصان یین است.زبان شکافته شده ارثی و زبان شکافته شده بدون هیچ علائم بیماری بطور نرمال مورد ملاحظه قرار می گیرد.

g) **زبان خاردار**: جوانه های برآمده روی سطح زبان تورمی همچون خاردارند، و معمولاً در رنگ قرمز هستند که نشان از فزونکاری عامل بیماریزای گرما می باشد.

h) **زبان سفت و لرزنده** : زبانی که سفت و دارای برآمدگی سفت یا به حالت جمع شدگی منتهی به لکنت دارد، نشان از تعرض عامل بیرونی گرما و موجب اختلال ذهن توسط بلغم-گرما می شود. همچنین موجب زیان یین کبد توسط گرمای قوی که باد را بهم می زند یا کانالها را توسط بلغم-باد مسدود می کند. زبان لرزنده بنظر بیماری دنباله داری است که اغلب نشان از نقصان هر دوی qi و یین دارد .

i) **زبان منحرف شده** : که نشان از انسداد کانالها توسط باد- بلغم می باشد.



(۲) پوشش روی زبان

a) **پوشش سفید** : این پوشش ممکن است نازک و یا ضخیم، چسبناک یا خشک باشد. یک پوشش نازک سفید زبان نرمال است، اما وقتیکه بنظر یک بیماری بیرونی بشمارمی رود، آن معمولاً نشان از تعرض به ریه توسط باد-سردی است.پوشششش ضخیم سفید زبان معمولاً نشان از نگهداری غذا می باشد.پوشش چسبناک معمولاً نشان از تعرض بوسیلهٔ عامل بیرونی سردی-رطوبت یا نگهداری بلغم-رطوبت در درون می باشد. پوشش زبان خشک سفید معمولاً نشان از تعرض بوسیلهٔ عامل وابسته به طاعون است.

b) **پوشش زرد** : این پوشش نیز ممکن است، نازک، ضخیم، چسبناک یا خشک باشد. که پوشش زرد نازک معمولاً نشان از تعرض به ریه توسط باد-گرما می باشد، در حالیکه پوشش ضخیم زرد معمولاً نشان از تجمع ماندگار غذا در معده و روده ها است. پوشش چسبناک زرد زبان معمولاً نشان از معنی دادن تجمع رطوبت-گرما در درون یا انسداد ریه توسط بلغم-گرما می باشد. پوشش خشک زرد زبان معمولاً نشان از تجمع گرما در معده و روده ها که نتیجه در زیان یین دارد.

c) **پوشش سیاه مایل به خاکستری** : این پوشش روی زبان ممکن است خشک یا مرطوب باشد. پوشش مرطوب معمولاً بمعنی نگهداری رطوبت-سردی در درون یا سردی خیلی زیاد درونی بعلت نقصان یانگ می باشد و پوشش خشک معمولاً نشانهٔ مصرف مایع بدن بوسیلهٔ افزایش گرما یا فزونکاری آتش بعلت نقصان یین است.

d) **پوشش پوست انداختن** : این پوشش بعنوان جغرافی زبان شناخته می شود اگر تمام سطح زبان پوست بیاندازد به یک سطح هموار تبدیل می شود و در این شرایط

آن را زبان صیقلی می نامند- هر دوی این نشانه ها نمایانگر بحران در یک بیماری طولانی که عامل ضد بیماری بشدت صدمه دیده و یین بطور فاحشی نقصان یافته می باشد .

۲. معاینه با گوش کردن بصداهای بدنی و حس بویایی

(۱) شنیدن

a) **گوش کردن به صحبت** : در حالت کلی صحبت کردن بطور ضعیف و با صدای پایین نشان از علائم نوع *xu* می باشد در حالیکه صحبت کردن با بنیه خوب نشان از نوع *shi* است. هزیان بمعنی تیرگی قلب توسط گرما-بلغم است. غرغر کردن یا پرگویی زیاد بمعنی اختلال در ذهن می باشد. لکنت اشاره بر ممانعت کانالها بوسیله باد-بلغم دارد.

b) **گوش کردن به صدای تنفس** : تنفس ضعیف بهمراه تنفس کوتاه و عرق کردن بعد از فشار کم معمولاً نشانهٔ نقصان *qi* قلب و ریه می باشد؛ تنفس ناهنجار و خشن بهمراه آسم و خلط زیاد نشانهٔ علائم گرما-بلغم یا رطوبت-بلغم در ریه وابسته به نوع *shi* می باشد.

c) **گوش کردن به صدای سرفه** : سرفه با یک صدای زمخت و خشن معمولاً نشانهٔ تعرض باد-سردی به ریه یا تجمع سردی-بلغم در ریه می باشد. سرفه با صدای واضح نشانهٔ تعرض به ریه توسط باد-گرما یا تجمع گرما-بلغم در ریه است. سرفه خشک با خلط کم اغلب بعلت صدمه رساندن به ریه با عامل بیماریزای خشکی یا یک دورهٔ طولانی نقصان یین ریه می باشد .

(۲) بوییدن

بوی زننده مواد زاید و تخلیه شده نشانه علائم گرمای نوع shi است، در حالیکه بوی بی مزه نشانه سردی نوع XU است. برای نمونه خلط غلیظ با بوی ناپاک نشانه گرما- بلغم در ریه می باشد، در حالیکه خلط بی بو، واضح و رقیق نشانه سرما- بلغم در ریه است. ادرار کم زرد رنگ عمیق با یک بوی رنجاننده نشانه رطوبت-گرما در کیسه مثانه است، در حالیکه ادرار فراوان، واضح و بی بو نشانه سرما در کیسه مثانه و وابسته به نوع XU است. در تنفس گیرداشتن نشانه گرما در معده می باشد .

۳. پرسش کردن از بیمار

پرسش کردن از بیمار یا همراه او ما را در امر درمان بسیار یاری می نماید تا عوامل بیماریزا را بهتر تشخیص دهیم .

(۱) سردی قلب

رخدادهای همزمان سردی و تب در آغاز یک بیماری نشانه تعرض به بخش های سطحی بدن بوسیله عوامل بیماریزای بیرونی میباشد . اگر سردی شرایط غالب را دارد نشانه تعرض توسط باد-سرما است، در صورتیکه تب شرایط غالب را دارد، نشانه تعرض توسط باد-گرما می باشد.

سردی بدون تب ممکن است بعلت عامل درونی سرما باشد که نتیجه در ضعف یانگ qi دارد. این ممکن است وقتی که عامل بیماریزای بیرونی سرما بطور مستقیم بر روی یک ارگان زانگ یا فو اثر می گذارد نیز رخ دهد. در این قبیل موارد، احساس سرما، درد در ناحیه شکمی و اسهال با غذاهای هضم نشده در مدفوع وجود دارد .

تب بدون سردی ممکن است رخ بدهد. تب بالا داشتن نشانه افزایش گرما در درون بدن بعلت تعرض عامل بیماریزای بیرونی یا انتقال عوامل بیماریزای بیرونی به داخل

باشد . تب کم در یک زمان معین از روز که اتفاق می افتد بعنوان تب جزر و مدی شناخته می شود، عامل سبب شناسی، آغاز گرمای درونی ای است که توسط نقصان یین بوجود می آید. بیمار ممکن است یک احساس بیقراری، که از درون به سطح بدن انتقال می یابد را داشته باشد، که با نام « تب جزر و مدی که سرچشمه در استخوان دارد» خوانده می شود .

(۲) عرق کردن

زمانیکه بخشهای سطحی بدن توسط عامل بیماریزای بیرونی باد-گرما مورد تعرض قرار می گیرد، ما دچار عرق کردن می شویم، در حالیکه فقدان عرق، بمعنای تعرض باد-سرما به بدن است . عرقهای متناوب و مکرر با دفع قلیل به عرق کردن اتوماتیک معروف است، که آن معمولاً بعلت ضعف یانگ qi و سستی qi تدافعی می باشد. عرق کردنی که در طول خواب و ایستادن در حالت بیداری رخ می دهد بعنوان عرق کردن شبانه نامیده شده است، که معمولاً نشان از یک علامت خیلی جدی از فرسودگی کلی یانگ qi می باشد .

(۳) غذا و نوشیدنی. اشتها و حس چشایی

تشنگی با میل به خوردن مایع ها به نظر نشان از علائم درونی گرما دارد، در حالیکه نداشتن تشنگی، یا بدون میل به خوردن مایع ها نشان از سرما-رطوبت دارد. نوشیدنی ها و غذاهای سرد حاکی از علائم گرما می باشد، در حالیکه نوشیدنی ها و غذاهای داغ دلالت بر علائم سرما دارد. بی اشتهایی، بی مزگی در دهان و سیری در شکم و بالای آن، نشان از ضعف طحال و معده دارد. بیقاعده آروغ زدن، استفراغ و انزجار در رؤیت غذا قبل از اینکه سیر بشوید نشان از نگهداری غذا دارد. چسبناکی و شیرینی مزه در

دهان نشان از رطوبت- گرما دارد، در حالیکه مزهٔ تلخ در دهان اشاره به فزونکاری آتش کبد و کیسه صفرا دارد .

(۴) خروج مدفوع و ادرار

یبوست بعلت خشکی مدفوع به طور کلی نشان از گرما در روده ها می باشد که وابسته به علائم نوع shi است- یبوست در اشخاص مسن، زنان بعد از وضع حمل یا بعد از بیماریهای متمادی در افراد رخ می دهد، که نشانهٔ یک علامت از نوع xu بعلت نقصان qi و ناکافی بودن مایع بدن را دارد. مدفوع خونی یا چرک، از علائم عمده از وجود رطوبت-گرما در روده ها است. مدفوع شل با غذای هضم نشده نشان از ضعف و سرمای طحال و معده می باشد .

اسهال مداوم قبل از بامداد مربوط به نقصان یانگ طحال و کلیه است. ادرار زرد رنگ عمیق بطور کلی نشان از گرمای نوع shi دارد در حالیکه ادرار واضح و فراوان نشان از سرمای نوع xu دارد. ادرار مکرر با مقدار اندک و زرد پر رنگ در نشان از تجمع رطوبت- گرما در کلیه و کیسه مثانه دارد، ادرار مکرر با شکل واضح نشان از xu و سردی کلیه و کیسه مثانه دارد. نگهداری ادرار یا مشکل چکانیدن آن اغلب بعلت نگهداری رطوبت-گرما در کیسه مثانه است، ناکافی بودن یانگ کلیه نشان از وجود سنگ یا رکود خون می باشد. ادرار قلیل اغلب بعلت xu هر دوی طحال و کلیه و تجمع با نگهداری آب در بدن روی می دهد .

(۵) درد

دردی که با فشار آوردن روی آن بدتر شود وابسته به نوع **shi** است و اساساً نتیجه در تعرض عوامل بیماریزای بیرونی، انسداد کانالها، رکود **qi** و خون، انگل روده ای،

نگهداری غذا با انسداد بوسیله بلغم دارد. دردی که با فشار بر روی آن آرام شود وابسته به نوع **xu** است و آن معمولاًبا سوء تغذیه تاندونها و کانالها بعلت ناکافی بودن **qi** و خون و به هدر دادن اسانس **yin** همراه است. دردی که با گرما فرونشانده شود از طبیعت سرد است و دردی که با سرما فرونشانده شود از طبیعت گرم است .

سردرد در بیماریهای حاد با تعرض عوامل بیماری زای بیرونی بوجود می آید. سردرد ماندگار با حملات تکراری بطور کلی بعلت رکود خون یا اختلال بسوی بالای بلغم می باشد. سردرد تاخیری با یک احساس تهی در سر که با حالت طغیانی و تیرگی دید میباشد بعلت ناکافی بودن **qi** ، خون و به هدر دادن اسانس یین است. درد روی دیافراگم معمولاً نشان از اختلال قلب و ریه دارد، درد در ناحیهٔ شکمی (معدی) نشان از اختلال طحال و معده دارد؛ درد در ناحیه کمری یا اطراف ناف نشان از اختلال در کلیه و کانال چونگ دارد، درد زیر ناف و در پایین شکم نشان از اختلال کلیه، کیسه مثانه یا روده های بزرگ و کوچک دارد؛ درد در ناحیهٔ دنده ای نشان از اختلال در کبد و کیسه صفرا دارد.

۶) خواب

بی خوابی به معنای مشکل خواب رفتن، یا بطور سالم نخوابیدن، بیداری آسان و دوباره نتوان خوابیدن است. بی خوابی همراه با گیجی و تپش قلب معمولاً نشان از افت خون برای تغذیهٔ قلب بعلت نقصان هر دوی قلب و طحال می باشد. بی خوابی همراه با بی قراری در ذهن و اختلال در رؤیای خواب نشان از فزونکاری آتش قلب است. بطور مشکل در نخوابیدن بعلت ناراحتی شکمی بعد از یک وعدهٔ سیر خوردن نشان از اختلال qi معده و بی قراری در ذهن می باشد .

عدم کنترل خواب آلودگی بعنوان خواب مرگی معروف است. اگر آن همراه با گیجی باشد نشان از تجمع بلغم-رطوبت در داخل است. یک وضعیت نیم خواب با سستی

عمومی نشان از نقصان یانگ قلب و کلیه دارد. بی حسی با ظهور گرما نشانه های اولیهٔ حالت کما است که با اختلال ذهن بعلت تله انداختن گرما به سوی داخل می باشد، در حالیکه بی حسی بدون نشانه های بروز گرما، اما با خلط خیلی تند در گلو و زبان ضخیم با پوششی چسبناک، نشان از تیرگی ذهن توسط بلغم و رطوبت است.

(۷) قاعدگی زنانه

برای بیماران زن همچنین دربارهٔ قاعدگی زنانه، باید از سابقه مرض و درمان زایمانی زنان متاهل سوال پرسید. قاعدگی به یک سیکل مختصر، افزایش در میزان و به رنگ قرمز عمیق، اساساً به علائم گرمای از نوع shi وابسته است. یک سیکل بطول انجامیده، با مواد تخلیه شدهٔ به رنگ روشن متعلق به علائم سرما از نوع xu می باشد. درد تورم پیش از قاعدگی در پایین شکم که با فشار روی شدت جریان و یک قاعدگی با رنگ مایل به ارغوانی تیره با توده هایی در آن بمعنی رکود qi و خون می باشند. درد بعد از قاعدگی در پایین شکم که نشان از فشار روی جریان قلیل، یک قاعدگی مایل به سرخ روشن در میزان آن است توسط xu خون بوجود آمده است.

قاعدگی رقیق سفید رنگ با بوی کم و همراه با کمر درد که نشان از نقصان یانگ طحال و کلیه و تجمع سرمای درونی می باشد؛ قاعدگی غلیظ زرد رنگ با بوی زننده، نشان از جریان رو به پایین رطوبت-گرما می باشد. خونریزی زهدان بطور بی قاعده بعد از یائسگی، یا تخلیه درهم مهبل به رنگ زرد و سفید با چرک و خون ممکن است نشان از یک بیماری سخت زهرآگین رطوبت در زهدان داشته باشد.

۴. معاینه با دست

۱. احساس کردن نبض

محلی واقع بر روی محور مچ که تپش های شریانی را برای احساس نبض در نظر می گیریم به سه دسته guan،cun و chi تقسیم می شوند. ناحیهٔ شبیه نیزه ای در مسیر زند زبرین که به guan معروف است و میان guan و شیار مچ که cun نام دارد و مجاور guan، chi نام دارد. این سه ناحیه در سمت دست چپ بترتیب برای guan،cun و chi بازتابی از شرایط قلب، کبد و کلیه است و در سمت دست راست بازتابی از شرایط ریه، طحال و کلیه می باشد.

در هنگام گرفتن نبض بیمار به او اجازه دهید تا دستش را به راحتی روی یک بالشتک قرار دهد بطوری که کف دستان او به سمت بالا باشد. اول ناحیهٔ guan بیمار را با انگشت میانی، سپس انگشت اشاره و حلقه را به طور طبیعی روی ناحیه های cun و chi بگذارید. انگشت را ابتدا به سبکی فشار دهید،سپس بطور میانه و سرانجام به سنگینی فشار دهید و در یک دید کلی عمق-میزان تکرار- ریتم- کشش و شکل نبض را بدست آورید. هر تغییر غیر عادی در هر ناحیه از نبض باید با اعمال فشار یکنواخت روی سه ناحیه نمایش داده شود، سپس احساس جداگانهٔ سه ناحیه و مقایسه کردن بمنظور احساس درست نبض انجام شود . در اینجا ما تعدادی از نبض ها را نام برده ایم /

یک نبض عادی دارای فرکانس متوسط، بعنوان مثال۴- ۵ ضربه در هر تنفس، و ریتم منظم می باشد و آن یکنواخت و قدرتمند است.

مطالعهٔ نبض های غیر عادی:

(۱) نبض سطحی

این نبض زمانیکه انگشت را بطور ضعیف و به سبکی روی فشار قوی قرار می دهیم، نشان داده می شود. این نوع اغلب در حالت اولیه ی یک بیماری برونزا روی می دهد. بعنوان مثال، علائم بیرونی، که ممکن است در بیمارانی که از بیماری بطول انجامیده عذاب می کشند و کسانیکه در یک حالت کلی ضعیف هستند روی دهد .

(۲) نبض عمیق

هنگامیکه لمس سطحی، نبض آشکار را نشان نمی دهد، در حالیکه با فشار سنگین روی آن نبض آشکار می شود. این نوع اغلب در علائم داخلی روی می دهد.

(۳) نبض کُند

سرعت این نبض کند است، با کمتر از ۴ ضربه در هر تنفس، این اغلب نشان از علائم سرما می باشد.

(۴) نبض تند

سرعت این نبض تند است، با بیش از ۵ ضربه در هر تنفس،این اغلب نشان از علائم گرما است.

(۵) نبض نوع xu

این نبض ضعیف و بی توان و روی فشار سنگین ناپدید می شود این نوع اغلب در علائم نوع xu ظاهر می شود.

(۶) نبض نوع shi

این نوع نبض قوی است و احساس یکنواخت بودن را از آن روی فشار عمیق داریم. این نوع اغلب در علائم نوع shi ظاهر می شود.

(۷) نبض سیمی (سفت)

در لمس این نبض احساس سفتی و قدرتمندی را می کنیم گویی که روی یک رشته از کمان کشیده شده فشار می دهیم.آن اغلب نشان از ناکافی بودن یین و فزونکاری یانگ کبد می باشد.

(۸) نبض غلتان (رول)

این نبض با احساس همواری، روانی و قدرت همراه می باشد، و اغلب زمانیکه افزایش بلغم یا نگهداری غذا وجود داشته باشد روی می دهد. این نوع نبض ممکن است در انسانهای سالم با فراوانی qi و خون در طول دوره بارداری در زنان نیز مشاهده شود .

(۹) نبض نخ مانند

چنانچه از نام آن پیدا است این نبض نرم است.آن اغلب در علائم xu (نقصان) هر دوی qi و خون مشاهده می شود.

(۱۰) نبض کوتاه

حرکات این نبض ناهموار و کوتاه بهمراه ضربان بی قاعده و نامنظم می باشند. نبض کوتاه نوع shi نشان از فزونکاری گرما، زیادی بلغم، رکود qi و خون و نگهداری غذا است. نبض کوتاه از نوع xu یک علامت غش کردن می باشد.

(۱۱) نبض گره خورده

این نبض کند و تدریجی بهمراه ضربان نامنظم، که نشان از سرمای درونی یا نگهداری سرما-بلغم و رکود خون در داخل می باشد.

(۱۲) نبض ادواری

این نوع نبض کند و تدریجی با ضربان از دست رفته در فواصل منظم می باشد.که آن اغلب در بیمارانی که اختلال qi و خون و کاهش یانگ qi دارند روی میدهد .

* نبض کوتاه، نبض گره خورده و نبض ادواری همه دارای ضربان نبض از دست رفته هستند.

* کیفیت نبض ممکن است بر طبق عواملی همچون مایع بدن،فعالیت و ساختمان کلی بیمار و آب و هوا متنوع باشد، این نکات در تشخیص بسیار مهم هستند .

* تجارب بلند طبی، مورد نیاز برای شناسایی دقیق نوع های مختلف نبض می باشد. هنگامی که دو یا چند نوع از نبض در یک بیمار مشاهده می شود، برای مثال ترکیب نخی و تند، عمیق و نخی،یا نخی و سیمی برای ساختن یک آنالیز جامع از لحاظ طبی بسیار مهم می باشد.

۲. معاینه دستی کانالها و نقاط

در اختلالات مربوط به ریه، برای نمونه ممکن است یک حالت برآمدگی در نقطهٔ feishu(u.b.۱۳) با دست لمس شود و در اختلالات مربوط به کبد در نقاط Ganshu(u.b.۱۸) و Qimen(Liv.۱۴) ممکن است یک حالت نازکی و ملایمت حس شود و نیز در اختلالات درد عصبی در معده ممکن است در نقاط weishu(u.b.۲۱) و zusanli(st.۳۶) یک حالت ملایمت و نرمی احساس گردد.

معاینهٔ شکم با دست نیز امر مهمی در طبابت می باشد.در بادکردگی شکم در هنگامی که به آن ضربه می زنیم اگر صدای طبل بدهد اما ادرار عادی باشد نشان از رکود qi است؛

اگر صدای ریزش (چلپ چلوپ) بدهد و یک احساس موج زدن در معاینه با دست درک شود نشان از تجمع مایع است.
توده های سخت ثابت در شکم نشان از رکود خون است. ناثابتی توده های نرم ممکن است بعلت رکود qi بوجود آمده باشد. یک گروه توده لمس شده در سمت چپ شکم با خشکی نشان از نگهداری مدفوع خشک دارد. منعکس شدن درد به سمت راست و پایین شکم نشان از آماس ضمیمهٔ روده (آپاندیس) دارد که نشان از رکود qi و خون است.



تفکیک علائم مشخصه بیماری

تعیین هویت یک علامت مشخصهٔ مرض متضمن، ساختن آنالیز بیشتر و امتزاج اطلاعات پزشکی برای کسب شیوه درمان واقعی با بکارگیری ۴ شیوه تشخیص، رشد، محل، درجهٔ نیروی مقابله، میان مقاومت بدن و عوامل بیماریزا می باشد.
شماری از شیوه ها برای تفکیک علائم مشخصه مرض که بطور خلاصه معرفی می شود شامل موارد ذیل می باشند :

الف) تفکیک علائم مشخصه بیماری بر طبق ۸ اصل

این ۸ اصل شامل، داخلی و خارجی بودن، سرما و گرما، xu(نقصان) و shi (افزایش) و یین و یانگ می باشند. در یک دید کلی، توصیف کننده های خارجی و داخلی مربوط به عمق بیماری، سرما و گرما به طبیعت و ماهیت بیماری، xu (نقصان) و shi (افزایش-زیادی) به نیروهای تضادی در کشمکش میان عوامل بیماریزا و ضدبیماری و یین و یانگ مرتبط با طبقه های بیماری می باشند. که یین و یانگ اصل مهمی در میان این ۸ اصل می باشند .
که به توضیح هر یک از این ۸ اصل می پردازیم :

۱. داخلی و خارجی

علائم مشخصه مرض نوع خارجی اشاره ای به تعرض عوامل بیماریزای بیرونی به بخش های سطحی بدن دارد که در آغاز ناگهان و در طول دوره کوتاه است. عمده ابرازها عدم تحمل سرما (باد)، تب، سردرد، گرفتگی دماغ و نبض سطحی است. اما علائم مشخصه مرض نوع داخلی موجب انتقال عوامل بیماریزای بیرونی به داخل می شوند، اگر این ها بموقع بیرون نشوند،آنها ممکن است موجب حمله مستقیم به ارگانهای زانگ و فو توسط عوامل بیماریزای بیرونی گردند. همچنین عدم عملکرد ارگانهای زانگ وفو از جمله مسبب های علائم داخلی می باشند. بطور کلی صحبت کردن علامت اصلی در

شناسایی علائم مشخصه مرض داخلی و خارجی است، تب بهمراه عدم تحمل سرما(یا باد)در جلو، در حالیکه در تب، عقب، همراه با عدم تحمل سرما یا باد نیست. هر دوی علائم داخلی و خارجی ممکن است توسط سرما، گرما، *xu* (نقصان)، یا *shi* (افزایش)، و دیگر جلوه های متنوع طبی پیچیده شوند. (مراقب تشخیص صحیح میان آنها باشید) به جدول زیر توجه کنید:

علائم داخلی	علائم خارجی	
سرد شدن، عضوهای سرد، کمرنگی، عدم تشنگی، مدفوع شل، ادرار واضح و فراوان، نبض عمیق و کند، زبان رنگ پریده و...	تب،سرد شدن، عرق نکردن، نبض سطحی و قوی، پوشش نازک سفید زبان و... .	**سرما**
تب بالا، تشنگی، ناتوانی و بی قراری، سرخ شدن صورت، چشم های قرمز، یبوست، ادرار کم زرد عمیق، نبض سریع نوع **shi**، زبان قرمز با پوشش زرد و... .	تب با عدم تحمل باد، ممکن است عرق کند-کمی تشنه، نبض سریع و سطحی، پوشش زرد نازک روی زبان و... .	**گرما**
تنفس ضعیف، بی حسی- سستی عمومی، تپش قلب، سرگیجه، نبض عمیق نوع **xu**، زبان رنگ پریده و شل با پوشش سفید و... .	عرق کردن، عدم تحمل باد، نبض کند و سطحی و... .	*Xu* **(نقصان)**
تنفس ناهنجار، صدای قلنبه، ناتوانی،سیری در سینه، بادکردگی	بدون عرق، درد عمومی، نبض سطحی و قوی، پوشش	*Shi* **(زیادی)**

شکم، یبوست، نبض عمیق نوع **shi**، زبان ناهموار با پوشش ضخیم و....	سفید زبان و...	

ب) سرما و گرما

بیماریهایی که توسط عامل بیماریزای گرما، گرمای تابستان یا خشکی بوجود می آیند اساساً علائم گرما، و آنهایی که توسط عامل بیماریزای سرما بوجود می آیند اساسا علائم سرما می نامند. xu یین یا یانگ ممکن است بترتیب منتهی به علائم گرما یا سرمای نوع xu گردد. این ها باید از نوع shi تشخیص داده شود. تشخیص میان علائم گرما و سرما زیاد مشکل نیست، به جدول زیر نگاه کنید تا تفاوتها را به خوبی احساس کنید.

علائم گرمای نوع xu	علائم سردی نوع shi
تب بالا، تشنگی،سرخ شدن صورت، یبوست، سرخی چشمها، ناهوشیاری و... .	سرد شدن، عضوهای سرد، عدم تشنگی، افزایش خلط ، کمرنگی، درد شکمی که با فشار بدتر می شود، مدفوع شل، افزایش مایه ادرار آشکار و ... .
نبض سریع نوع shi	نبض عمیق کند نوع shi
زبان قرمز یا قرمز عمیق با پوشش زرد خشک	زبان رنگ پریده با پوشش چسبناک ضخیم یا سفید

پ) xu(نقصان – کمی – کاهش) و shi(زیادی- افراط- افزایش)

علائم نوع xu به بیماریهایی گفته می شود که در آنها عملکرد بدن انسان ضعیف، عامل ضد بیماری ناکافی و عدم تعادل یین و یانگ وجود دارد، حال آنکه تأثیر عامل بیماریزا از قبل نامعلوم بوده است. علائم نوع shi اشاره به بیماریهایی دارد که در آنها عملکرد بدن جدا از موضوع خراب سازی عامل ضد بیماری،هنوز قدرت کافی را دارد، حال آنکه عامل بیماریزا فزونکار شده است و کشمکش سختی میان عوامل ضد بیماری و بیماریزا روی می دهد. اگر عامل ضد بیماری ضعیف شود و توان مقابله با عامل بیماریزا را نداشته باشد، این نشان از بیماری پیچیده ای میان xu و shi است.

علائم نوع xu باید با شیوه تقویت کردن درمان شوند و علائم نوع shi نیز باید با شیوهٔ کاهش درمان گردند. اگر xu و shi در تضاد باشند باید هر دوی شیوه های کاهش و تقویت را بکار برد. علائم نوع shi اغلب با ماهیت گرما ممزوج می باشد و علائم نوع xu اغلب با ماهیت سرما ممزوج است.یا به گفته ای علائم گرما معمولاً از نوع shi هستند و علائم نوع سردی معمولاًمرتبط با نوع xu می باشند.

علائم نوع shi	علائم نوع xu
سرخوشی،سرخی صورت،بی قراری،ایجاد سیری و بادکردگی در سینه و شکم،درد شکم و بدتر شد آن با فشار-ادرار دردناک و مشکل ،تنفس خشن،صدای قلنبه،یبوست و... .	بیحالی،کمرنگی،بی حسی،تنفس ضعیف، نفس کوتاه،صدای گوش،تاری دید-بیخوابی، فقدان حافظه،احتلام،دردی که با فشار آرام می گیرد-افزایش حجم ادرار-شب ادراری-و... .
نبض نوع shi	نبض نفی از نوع xu
زبان قرمز با پوشش ضخیم	زبان رنگ پریده با پوشش نازک

ویژگی های اصلی علائم یانگ xu(نقصان یانگ) و علائم یین xu(نقصان یین) را در جدول ذیل مشاهده کنید:

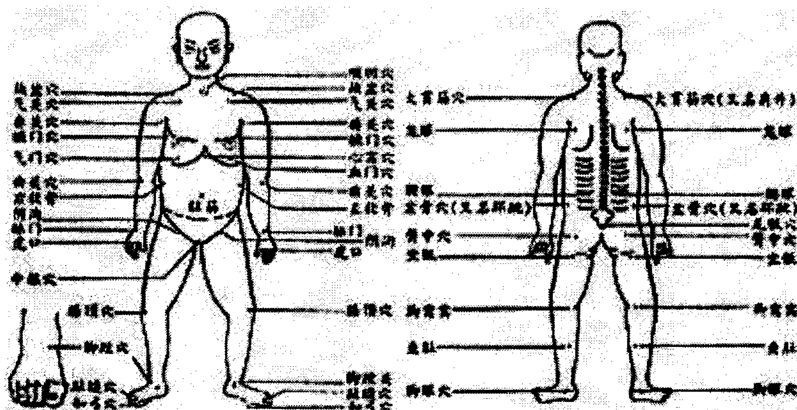
علائم یانگ xu (علائم گرما از نوع xu)	علائم یین xu (علائم سرمای از نوع xu)
تب بعد از ظهر،گونه های سرخ شده، دهان و گلوی خشک،بی خوابی با بی قراری روحی، احساس تب و بی قراری در کف دست و پاها، یبوست، ادرار غلیظ و	سرد شدن، عضوهای سرد، زردی رنگ، بدون تشنگی،بی اختیار عرق کردن، سستی، مدفوع شل،و... .
نبض تند نخی از نوع xu	نبض کند عمیق از نوع Xu
زبان قرمز با پوشش اندک	زبان رنگ پریده با پوشش سفید

ت) یین و یانگ

تا آنجا که از لحاظ طبی آشکار است،آن دسته از خصوصیاتی را که توسط، فزونکاری، تحریک، بی قراری و روشنی یا رنگ قرمز می آید اساساً علائم یانگ می نامند، در حالیکه آندسته از خصوصیاتی که توسط کم کاری، بازداری، خموشی رنگ پریدگی و زردی می آید اساساً علائم یین می نامند.

علائم فروپاشی یانگ	علائم فروپاشی یین
فراوانی عرق سرد، تنفس ضعیف،کمرنگی،	عرق کردن چسبناک،کوتاهی تنفس و

ترجیح نوشیدنی های داغ، پوست خنک،عضوهای سرد، تنفر از سرما، بی میلی.	تنفس سریع، سرخی چهره، تشنگی و ترجیح آب سرد، پوست داغ، دستها و پاهای گرم، بی قراری، تنفر از گرما .
نبض نوع XU نخی و محو شده	نبض نخی تند از نوع XU
زبان مرطوب و رنگ پریده	زبان قرمز با بزاق کم



۲. تفکیک علائم بر طبق تئوری زانگ و فو

۱. علائم قلب

(۱) ضعف *qi* **(انرژی حیاتی) قلب :** تپش قلب و کوتاهی تنفس بطوریکه با تقلا بدتر می شود، زبان رنگ پریده، نبض نخی از نوع XU یا نبض از دست رفته از نشانه های آن می باشد. اگر شواهدی از نقصان یانگ (XU یانگ) قلب وجود داشت آن ممکن است با علائم دیگری همچون سرد شدن بدن و عضوها، لبهای کمرنگ و

مایل به ارغوانی همراه باشد. فرسودگی یانگ قلب ممکن است در فراوانی عرق کردن، پریشانی های روحی و نبض نخی محو شده، نشان داده شود .

آسیب شناسی :

این علائم معمولاً با سستی بعد از یک بیماری طولانی یا ناراحتی روحی که به qi قلب صدمه می زند ایجاد می گردد. وقتیکه qi قلب ضعیف شود. با افت پمپاژ خون پیامدهایی همچون تپش قلب، کوتاهی تنفس و نبض نخی نوع xu یا نبض ضربان از دست رفته را دارد. از سوی دیگر مدت طولانی ضعف qi قلب ممکن است منجر به تضعیف یانگ قلب گردد. وقتیکه بدن دارای فقدان یانگ باشد، فقدان انرژی و گرما را نیز دارد و جلوه هایی از بیماریها از قبیل سرد شدن، عضوهای سرد و کمرنگی روی می دهد. در مورد فرسودگی یانگ قلب، qi تدافعی سطح بدن نمی تواند محافظ طولانی مدت اسانس qi باشد و اجازه پراکندگی آن را می دهد. از دیگر جلوه های بیماری ازدیاد عرق کردن و نبض نخی محو شده می باشند.

(۲) نقصان یین قلب : از نشانه های آن می توان تپش قلب، بی خوابی، کابوس خواب، بی قراری روحی، سرخی گونه ها و درجه تب پایین، زبان قرمز و نبض نخی تند را نام برد .

آسیب شناسی :

این علائم معمولاً بعلت صدمه دیدن یین بوسیله یک بیماری وابسته به تب (تبی) یا یک ناراحتی روحی که یین قلب را مصرف می کند، رخ می دهد. نا کافی بودن یین قلب اغلب منجر به فزونکاری آتش(یانگ) قلب می باشد که موجب ناکافی بودن خون قلب می گردد. در این مورد یین و خون برای تغذیه قلب کافی نیستند و قلب

به ناتوانی در انجام وظایف خود از جمله محافظت از ذهن و ظهور علائمی همچون بی خوابی، فقدان حافظه، کابوس و... دچار می شود .

(۳) رکود خون قلب : از جمله نشانه های آن می توان، تپش قلب، کندی و درد قلب (و درد وارده در کتف و پشت)، ایجاد کبودی لبها و ناخنها، زبان مایل به ارغوانی تیره یا زبان با نقاط ارغوانی، نبض نخی از دست رفته را نام برد.

آسیب شناسی :

این علائم اغلب بدلیل ناراحتی روحی که منجر به رکود **qi** و بعلاوه رکود خون می باشد. یا ممکن است بدلیل ناکافی بودن **qi** قلب بعد از یک بیماری طولانی باشد که در این موارد **qi** قلب جهت پمپاژ نرمال خون ضعیف شده و موجب رکود خون قلب و انسداد رگها می گردد. علائمی همچون وجود تپش قلب و درد قلبی و حتی گوزو آشکار می شوند. رکود خون اغلب پخش یانگ **qi** را در قفسه باز داشته و موجب ناراحتی و رنج کبودی لبها و ناخنها می شود. زبان مایل به ارغوانی تیره یا نقاط ارغوانی و نبض از دست رفته نخی که هر دو از جلوه های آشکار خون و توقف یانگ **qi** می باشند.

(۴) فزونکاری آتش قلب : از نشانه های آن می توان، تورم و درد دهان و زبان، بی خوابی همراه با احساس تب داشتن، سرخی صورت، طعم تلخ در دهان، ادرار داغ و زرد تیره، زبان قرمز، نبض تند و زخم زبان را نام برد.

آسیب شناسی :

این علائم اغلب بعلت ناراحتی روحی که باعث پراکندگی **qi** می گردد روی می دهد که عواقب آن تخریب ذهن می باشد. بی خوابی همراه با احساس تب را می توان از نشانه های آن دانست. چنانکه قلب متصل با زبان است و عملکرد آن روی صورت

منعکس می شود، فوران آتش قلب موجب درد، تورم و زخم دهان و زبان می گردد که دیگر عوامل ذکر شده در بالا را بهمراه دارد.

(۵) اختلال ذهن : از نشانه های آن می توان، پریشانی روحی، زیر لب با خود سخن گفتن، حالت گرفته، گریه و خنده بی دلیل، شیدایی(مانیا)، و در موارد سخت تر، نیمه هوشیاری و حتی کما را نام برد.

آسیب شناسی :

این علائم اغلب بعلت ناراحتی روحی که باعث پراکندگی ***qi*** می گردد روی میدهد، رکود مایع بدن بشکل رطوبت-بلغم که باعث تیرگی قلب و ذهن،گرفتگی و پریشانی روح می شود. اگر این پراکندگی منجر به آتش و بلغم-آتش گردد باعث اختلالات قلبی و بی قراریهای روحی می شود. تیرگی ذهن با رطوبت-بلغم یا بلغم-آتش ممکن است موجب حالت کما گردد. تب بالا، کما و... نتیجه در تعرض به غشاء خارجی قلب توسط گرما دارد .

۲. علائم کبد

(۱) پراکندگی *qi* کبد : از نشانه های آن می توان، باد کردن و درد پایین شکم، احساس بادکردگی در پستان ها، ناراحتی در قفسه سینه،آروغ زدن،آه کشیدن، احساس وجود یک جسم خارجی در گلو و قاعدگی نامنظم در زنان را نام برد.

آسیب شناسی :

این علائم معمولاً بعلت ناراحتی روحی که باعث پراکندگی ***qi*** کانال کبد که منجر به درد و تورم پایین شکم، احساس بادکردگی در پستان، ناراحتی در سینه و آه کشیدن می گردد . رکود ***qi*** کبد ممکن است بر روی معده اثر بگذارد و موجب تخریب ***qi*** معده با کاهش آن شود، از اینرو به درد می آید. احساس یک جسم خارجی در گلو بعلت رکود ***qi***

کانال کبد باشد، که همراه با بلغم به شکل یک تکه سفت در گلو است. پراکندگی qi کبد و عدم عملکرد آن در بالا بردن پخش و عدم محدودیت ممکن است که بیشتر بر عملکرد ذخیره کردن خون آسیب برساند، رکود qi منتهی به رکود خون و باعث قاعدگی نامنظم در زنان می شود .

(۲) فوران آتش کبد : از نشانه های آن می توان، گیجی، احساس بادکردگی در سر، سر درد ، قرمزی چشم ها، طعم تلخ در دهان، سرخی صورت، تندخویی، بعضی مواقع خون دماغ شدن، زبان قرمز با پوشش زرد رنگ، نبض سیمی و تند را نام برد.

آسیب شناسی :

این علائم اغلب بدلیل پراکندگی بطول انجامیدهٔ qi کبد که بعد ها به آتش تغییر می یابد روی می دهد. یا آن ممکن است بدلیل مصرف بی رویه در نوشیدن و دود کردن باشد که موجب تجمع گرما در تغییر به آتش می شود. همچنین فزونی آتش کبد موجب گیجی، احساس بادکردگی در سر، زیان رسانی به عملکرد آن در ترفیع qi جهت جریان پیدا کردن بصورت نامحدود و آزادانه و موجب تندخویی می گردد. وقتیکه آتش کبد به رگهای خونی صدمه می رساند، موجب بیرون انداختن خون از مجرای طبیعی و خون دماغ شدن می شود.

(۳) رکود سرما در کانال کبد : از نشانه های آن می توان درد پایین شکم، تورم و بادکردگی در بیضه با تحمل درد را نام برد که کیسهٔ بیضه ممکن است سرد شده و جمع و با گرما بهبودی یابد. و نیز زبان رنگ پریده و با پوشش سفید، نبض عمیق و سیمی یا کند همراه است.

آسیب شناسی :

کانال کبد در اطراف اندامهای تناسلی بیرونی پیچ خورده و در میان ناحیهٔ پایین شکم عبور می کند. هنگام سرما که از ویژگی های آن جمع کردن و راکد ماندن در کانال کبد است، رکود qi و خون ممکن است روی داده و باعث درد پایین شکم و تورم و بادکردگی بیضه با تحمل درد در آن گردد. سرما و جمع شدن کیسهٔ بیضه همچنین بعلت مشخصه های عامل بیماریزای سرما می باشد.

(۴) ناکافی بودن خون کبد : از نشانه های آن می توان، گیجی، تاری دید، خشکی چشم ها، رنگ پریدگی، گرفتگی تاندونها و ماهیچه ها و بی حسی اعضاء را نام برد؛ در زنان، قاعدگی با جریان قلیل و رنگ روشن همراه می باشد.

آسیب شناسی :

این علائم اغلب بعد از خونریزی یا دیگر بیماریهای مزمن که موجب مصرف خون گشته و ذخیرهٔ آن را در کبد کاهش می دهد آشکار می شود و سرانجام باعث سوء تغذیه کانالها می گردد . xu خون ممکن است موجب بالا رفتن باد آنچنانچه گرفتگی تاندونها و ماهیچه ها و بی حسی عضوها را بهمراه داره شود. انتشار بسوی بالای باد باعث گیجی و تاری دید می شود. ناکافی بودن خون کبد و انتشار در عملکرد ذخیره خون نتیجه در خالی کردن کانال chong دارد که موجب موارد ذکر شده فوق همچون قاعدگی غیر نرمال است.

(۵) گرما، باد کبد را به حرکت در می آورد : از جمله نشانه های آن می توان تب بالا، تشنج، سفتی گردن، در موارد سخت بیهوشی، خیرگی چشم بسوی بالا، زبان قرمز عمیق، نبض سیمی و تند را نام برد .

آسیب شناسی :

این علائم بعلت انتقال عامل بیماریزای گرما از بیرون به داخل می باشند که موجب سوزاندن یین کبد و محرومیت تاندونها و رگها از تغذیه می شود. بعلاوه عامل بیماریزای

گرما در داخل موجب حرکت دادن باد داخلی از نوع XU می باشد است که بیماریهایی از جمله تب بالا، تشنج، سفتی گردن و... را موجب می شود. بیهوشی بعلت متأثر نمودن غشاء اطراف قلب و تخریب ذهن بوسیلهٔ عامل بیماریزای گرما می باشد .

۳. علائم طحال

(۱) ضعف qi طحال : از جمله نشانه های آن می توان سیمای زرد رنگ، بی اشتهایی، مدفوع شل، آماس، سستی را نام برد. همچنین ممکن است موجب احساس بادکردگی در شکم و افتادگی رحم و مقعد، یا خونریزی های مزمن همچون لکه های خونریزی زیرپوست، مدفوع خونی و خونریزی رحمی گردد، زبان در این حالت رنگ پریده و نبض نخ از نوع XU می باشد. اگر شواهدی از XU یانگ طحال وجود داشت ممکن است جلوه هایی از سرما از قبیل سرد شدن بدن، عضوهای سرد و بعلاوه علائم فوق را بهمراه داشته باشد.

آسیب شناسی :

این علائم اغلب بعلت گرفتگی غذا، زیاده از حد بودن فشار های روحی یا از بیماری مزمن بطول انجامیده که نتیجه در ضعف qi طحال و زیان رسانی به عملکرد آن در انتقال و تغییر شکل با پی آیند فقدان اشتها و مدفوع شل دارد موجب می گردند. تجمع مایع در داخل بدن باعث بوجود آمدن آماس بدن است. همچنین زرد رنگی و سستی بعلت فقدان اسانس غذا، مشروط بر اینکه هیچ منبعی برای تشکیل خون نباشد وقتی qi طحال ضعیف باشد توانایی تعالی ساختن بافت ها از دست می رود آنچنانکه موجب بادکردگی و احساس درد در نوع های مختلفی از خونریزیهای مزمن می شود. XU یانگ طحال باعث سرد شدن بدن و سردی عضوها می گردد چرا که یانگ گرمازاست.

(۲) تعرض رطوبت- سرما به طحال : از جمله نشانه های آن می توان، سیری و احساس بادکردگی در سینه و ناحیه شکمی (معدی)، فقدان اشتها، سنگینی در سر، سستی عمومی، باد و قرقر شکم، درد شکم، مدفوع شل، زبان با پوشش چسبناک و سفید و نبض نخی را نام برد.

آسیب شناسی :

این علائم اغلب بعلت سرد شدن در باران، یا بعلت زیاده خوری درغذاهای خام یا سرد روی می دهد. عامل بیماریزای رطوبت-سرما به طحال جراحت وارد می کند و به عملکرد انتقال و تغییر شکل که نتیجه ی آن فقدان اشتها، قرقر شکم ، درد شکم و مدفوع شل است زیان می رساند. همچنین عامل بیماریزای رطوبت راکد و چسبناک است، آن مسئول مانع گذاری در مسیر عبور qi می باشد که موجب باد کردگی و سیری فوق المعدی، سنگینی سر و سستی می شود.

۴. علائم ریه

(۱) تعرض به ریه توسط عامل بیماریزای باد : از نشانه های آن می توان درد گلو و سرفه با وجود تب و سرد شدن بدن را نام برد. اگر باد با سرما همراه باشد (که به نام تعرض باد-سرما می خوانیم)، سرد شدن بدن بهمراه گرفتگی دماغ، آب دماغ آبکی، دفع خلط های بلغمی و پوشش نازک سفید زبان اتفاق می افتد. اگر باد همراه باگرما باشد ما آن را تعرض باد-گرما می نامیم که موجب بالا روی تب بهمراه سرفی، تورم و درد گلو، آب دماغ چرکی و دفع خلط های چرکی می شود و در اینحالت پوشش روی زبان به رنگ زرد می باشد.

آسیب شناسی :

تعرض به ریه با عوامل بیماریزای بیرونی باد موجب اختلال،پراکنده کردن و کاهش عملکرد آن می شود. تنفس نرمال ریه تحت تأثیر واقع شده و تولید سرفه و گرفتگی دماغ می کند. سرما، بعنوان یک عامل بیماریزای یین، مسئول زیان رسانی به یانگ qi می باشد. بنابراین وقتیکه باد همراه با سرما است سرد شدن بدن بیشتر از تب کردن می باشد و آب دماغ آبکی بهمراه خلط است. گرما بعنوان یک عامل بیماریزای یانگ مسئول مصرف یین مایع می باشد. و در مواردی که باد همراه با گرما است تب بیشترین بالاروی را در علائم دارد بطوریکه با تخلیهٔ ضخیم دماغ و خلط بلغمی همراه است .

(۲) نگهداری رطوبت-بلغم در ریه : از جمله نشانه های آن می توان، سرفه، کوتاهی تنفس و دفع مقدار زیادی مواد آبکی و خلط کفی سفید را نام برد. در آغاز بطور کلی از سرما استنباط می شود. و نیز پوشش زبان سفید و بعضی وقتها چسبناک است.

آسیب شناسی :

این علائم بطور کلی بعلت اختلال در پاشیدگی نرمال مایع بدن است همراه اینکه وقتیکه رطوبت-بلغم در ریه می ماند باعث تشکیل رطوبت-بلغم می شوند و آنگاهست که گذرگاه qi را مسدود می کند .

(۳) نگهداری بلغم-گرما در ریه : از جمله نشانه های آن می توان، سرفه، کوتاهی نفس یا تنفس آسمی، دفع مقدار زیادی خلط بلغمی سبز مایل به زرد، یا حتی چرک خونی بویایی که همراه با سرد شدن و تب است را نام برد، همچنین زبان قرمزی رنگ با پوشش زرد و نبض نیز تند می باشد .

آسیب شناسی :

این علائم معمولاً بعلت تعرض عوامل بیرونی باد-گرما یا باد-سرما که بعداً به گرما توسعه می یابد روی می دهد. مخلوط های گرما با بلغم در بدن که در موانع گذرگاه qi ریه عملکرد پراکندگی و کاهش را تخریب می کنند باعث سرفه و کوتاهی تنفس یا تنفس آسمی می شود. گرما، مایع بدن را از پا در می آورد و باعث دفع خلط بلغمی می شود و هنگامیکه (بلغم-گرما) در مجاری ریه موجب انسداد می شود، رکود خون باعث ایجاد قرحه ای منتهی به دفع خلط ناپاک لکه دار با خون می شود.

(۴) ناکافی بودن یین ریه : از نشانه های آن می توان تب بعد از ظهر، احساس تب در کف پاها و دست ها، دهان خشک، عرق ریزی شبانه، سرفه بی حاصل یا سرفه بهمراه خلط قلیل و چسبناک در مقدار یا خون با رنگ کم و زبان قرمز و نبض نخی و تند را نام برد.

آسیب شناسی :

این علائم معمولاً بعلت بیماری مزمن ریه است که یین ریه را مصرف کرده و پیامدی همچون ناکافی بودن مایع بدن را دارد. ریه از تغذیه محروم گشته و در نتیجه در عدم عملکرد در پراکندسازی و کاهش موجب تولید دهان خشکی می گردد. XU یین موجب گرمای داخلی است که مایع بدن را به جلو فشرده و به رگها آسیب می رساند. تب بعد از ظهر، سرخی گونه ها، احساس تب در کف دست ها و پاها، عرق شبانه و دفع خلط خونی از پیامدهای آن می باشد.

۵. علائم کلیه

(۱) ضعف qi کلیه : از جمله نشانه های آن درد و ضعف مفاصل ناحیه کمری و زانو، ادرار مکرر، ادرار زیاد، چکیدن ادرار بعد از ادرار، شب ادراری، نا خودداری ادرار، احتلام و حتی بی باری، کوتاهی تنفس، تنفس آسمی، و نبض نخی را نام برد .

آسیب شناسی :

این علامت معمولاً بعلت سستی بعد از یک بیماری طولانی، ضعف سالخورده یا نقصان مادرزادی می باشد. ضعف qi کلیه موجب نا توانی کیسه مثانه در کنترل ادرار می شود، از اینرو شب ادراری، ناخودداری ادراری و تکرار به نیاز شدید ادرار را پدیدی می آورد. کلیه اسانس را ذخیره می کند اما وقتیکه qi کلیه ضعیف است در این وظیفه افت خواهد کرد و احتلام، بی باری و بی حاصلگی را در پی خواهد داشت. زمانیکه در کلیه کنترل های ارگان دریافتِ qi ضعیف شده باشند در اینصورت از کمک کردن به ریه در انجام وظیفه اش باز می مانند. پس آیند حملهٔ qi بسوی بالای ریه نتیجه در کوتاهی تنفس و تنفس آسمی را دارد .

(۲) ناکافی بودن یانـگ کلیـه : از جمله عمده نشانه های آن می توان دردهای سرد شدن مفاصل ناحیه کمری و زانوها، سرد شدن بدن، رنگ پریدگی، سستی کمر و ضعف جنسی، تورم عضوهای پایین، رنگ پریدگی زبان، نبض عمیق و نفی را نام برد. ممکن است بعضی از علائم این نوع همچون علائم ضعف qi کلیه آشکار شوند .

آسیب شناسی :

این علائم بعد از یک بیماری بطول انجامیده در اینکه یانگ کلیه خسارت دیده است یا اینکه ممکن است بعلت افراط در فعالیتهای جنسی باشد که موجب زیان رسانی به یانگ کلیه می شود. در موارد دیگر یانگ کلیه موجب افت گرمای بدن می شود که شامل سرد شدن بدن، درد و سردی در مفاصل ناحیه کمری و زانو و سستی کمر است. کلیه ادارهٔ سوخت و ساز آب را بر عهده دارد و ناکافی بودن یانگ کلیه نتیجه در افت آن در تقسیم مایع واضح از تیره دارد و نیز زیادی مایع مانده در بدن عامل تورم است .

(۳) ناکافی بودن یین کلیه : از جمله نشانه های آن می توان گیجی، تاری دید، فقدان حافظه، احساس تب در کف دستها و پاها، سرخی گونه ها، عرق شبانه، ادرار به رنگ زرد عمیق، یبوست، زبان قرمز و نبض نخی و تند را نام برد که این نشانه ها مشابه علائم تضعیف *qi* کلیه می باشند.

آسیب شناسی :

این علائم اغلب بعد از یک بیماری بطول انجامیده که به یین کلیه آسیب می رساند روی می دهد یا اینکه ممکن است بعلت زیاده رویی در تشرح منی باشد که موجب مصرف اسانس کلیه می گردد. هر یک از این عوامل موجب افت کلیه در عملکرد مسئول محافظت از مغز استخوان بوده و با کامل نمودن مغز همراه هستند. از پیامدهای آن می توان گیجی، تاری دید، فقدان حافظه را نام برد. *Xu* یین باعث گرمای داخلی که باعث مصرف مایع بدن می شود که پیامدهای آن احساس تب در کف دستها و پاها، سرخی گونه ها، عرق شبانه، ادرار داغ پررنگ و یبوست را نام برد .

۶. علائم غشاء خارجی قلب : از لحاظ طبی بیشتر توسط گرما مورد تعرض قرار می گیرد و از نشانه های اصلی آن تب بالا، کما و روان آشفتگی بعلت نشست عامل بیماریزای گرما که عمیقاً در داخل بدن روی داده است بوجود می آید و موجب اختلال در ذهن می گردد. برای درک بهتر از این مفهوم به علائم قلب روی بی نظمی ذهن مراجعه کنید.

۷. علائم رودهٔ کوچک

اختلال عملکرد روده کوچک در هضم و جذب معمولاً شامل عدم انجام وظیفه طحال در نقل و انتقال و تغییر شکل می باشد. بعلاوه، این علائم معروف به « گرما در انتقال

قلب به روده کوچک» معروف هستند. از لحاظ طبی نشانه های بروز دهندهٔ آن شبیه همان فزونکاری آتش قلب است.

۸. علائم کیسهٔ صفرا

از جمله نشانه های آن پوست سر و بدن به رنگ زرد روشن هستند. بیمار ممکن است دردی را در ناحیه دنده ای و دیافراگم یا درد سفتی را در ناحیه راست بالای شکم بهمراه طعم تلخ در دهان احساس کند. بعضی بیماران ممکن است استفراغ مایع شور و تلخی داشته باشند. پوشش زبان در این حالت زرد و چسبناک است.

آسیب شناسی :

وظیفه کیسه صفرا در ذخیره کردن و دفع مواد صفراوی وابسته به عملکرد نرمال طحال در ترفیع دادن و آزادسازی گذرگاه برای عبور qi است. عوامل بیماری زای بیرونی گرما-رطوبت، باعث آشفتگی کبد می شود یا عوامل درونی رطوبت-گرما که بوسیلهٔ زیاده روی در خوردن الکل یا غذاهای پرچرب ممکن است در کبد و کیسه صفرا جمع گردد و عملکرد آنها را در بالا بردن آزادسازی گذرگاه qi مختل می کند که صفرا نتواند پنهان و بطور آزاد دفع شود.

لبریز بودن صفرا موجب یرقان، طعم تلخ در دهان و استفراغ مایع شور و تلخ می گردد. رکود qiِ کبد و کیسه صفرا منجر به رکود خون می شود که باعث درد در ناحیه دیافراگم و درد قولنجی در سمت راست بالای شکم می شود. چنانچه این علائم ارتباط نزدیکی با کبد دارند، آن همچنین معروف به علائم رطوبت-گرما در کبد و کیسه صفرا می باشد.

۹. علائم معده

(۱) نگهداری غذا در معده : از جمله نشانه های آن می توان درد و باد کردگی در ناحیهٔ معدی، کمی اشتها، قی شور و آروغ بد بو را نام برد. که ممکن است موجب استفراغ نیز گردد و زبان یک پوششش ضخیم و چسبناک را دارد.

آسیب شناسی :

این علائم معمولاً بعلت زیاده خوری که منجر به نگهداری غذای هضم نشده در معده می گردد، پدید می آیند.

(۲) نگهداری مایع در معده بعلت سرما : از جمله نشانه های آن احساس دردی گرفته و پر در ناحیهٔ شکمی(معدی) است که معمولاً با سرما بدتر و با گرما آرام تر می شود، همچنین لرزش صدای مایعات در ناحیهٔ معدی، استفراغ مایع آبدار، پوشش زبان چسبناک سفید و نبض نفی و کند را نام برد.

آسیب شناسی :

این علائم معمولاً بعلت سرد شدن بدن بعد از آغاز سرفه در باران، یا شاید خوردن غذای خیلی خام یا غذای سرد روی می دهد. یا اینکه سرما در معده یخ بسته است و باعث رکود qi و درد گردد. بیماری بطول انجامیده به یانگ qi طحال و معده زیان می رساند چنانکه مایع بدن بعوض اینکه نقل و انتقال و تغییر شکل انجام بدهد در معده می ماند، از اینرو استفراغ مایع آبکی و لرزش صدای مایعات در ناحیهٔ شکمی(معدی) بوجود می آید.

(۳) فزونکاری آتش معده : از جمله نشانه های آن می توان احساس درد سوزناک در ناحیهٔ معدی، تشنگی و ترجیح دادن نوشیدنی سرد، استفراغ غذای هضم نشده یا مایع ترش، تورم، درد، زخم و خونریزی در لثه، تنفس ناپاک و زبان قرمز با پوشش زرد و خشک را نام برد.

آسیب شناسی :

این علائم بعلت زیاد خوردن غذای پرچرب، که موجب تجمع گرما در معده می شود بوجود می آید. گرما مایع بدن را مصرف می کند و موجب صعود *qi* معده می شود. که باعث بوجود آمدن درد سوزناک در ناحیهٔ شکمی(معدی)، تشنگی و ترجیح نوشیدنی سرد و استفراغ است. تنفس ناپاک و زخم و خونریزی لثوی بعلت عنصر آتش در معده می باشد.

۱۰. علائم رودهٔ بزرگ

(۱) رطوبت-گرما در رودهٔ بزرگ : از جمله نشانه های آن تب، درد شکم، مدفوع تیره و شل با بوی آزاردهنده را می توان نام برد. همچنین ممکن است خلط قرمز و سفید در مدفوع، احساس سوزشِ مقعد ظاهر گردد. زبان به رنگ قرمز با پوشش زرد رنگ و نبض نیز سریع و لغزان می باشد.

آسیب شناسی :

این علائم بعلت خوردن زیاد غذاهای خام یا سرد، یا خوردن غذای فاسد و ناپاک بوجود می آیند. ممکن است همچنین بعلت تعرض عامل بیماریزای رطوبت و گرمای تابستان بوجود آید. رطوبت-گرما در روده بزرگ جمع بسته می شود و مانع عبور *qi* می گردد و باعث بی نظمی در عملکرد انتقال و تغییر شکل و فرا آوردن اسهال، درد شکم، مدفوع با بوی ناپاک می شود. رطوبت-گرما ممکن است مجاری خونیِ رودهٔ بزرگ را دچار آسیب کند و خلط قرمز در مدفوع تولید کند. رطوبت-گرما به سوی پایین فشار می آورد و باعث احساس سوزندگی در مقعد می شود.

(۲) ایستاز رودهٔ بزرگ : از جمله نشانه های آن می توان بادکردگی و سیری در شکم، یبوست ،حالت تهوع و استفراغ، پوشش زبان سفید چسبناک، نبض عمیق نوع shi را نام برد.

آسیب شناسی :

این علائم معمولاً بعلت نگهداری غذا، انگلها یا رکود خون که موجب انسداد qi و بی نظمی در عملکرد رودهٔ بزرگ می شود بوجود می آیند .

(۳) رکود خون و گرما در رودهٔ بزرگ : از جمله نشانه های آن می توان درد شدیدی در پایین شکم یبوست یا اسهال ملایم را نام برد. ممکن است تب و استفراغ بهمراه زبان قرمز با پوشش زرد چسبناک را هم داشته باشد.

آسیب شناسی :

این علائم معمولاً بعلت عدم سازگاری شخصی به تغییرات آب و هوایی، زیاده خوری، پیاده روی پرفشار که باعث رکود گرما و خون و به تأخیر اندازی qi می شود. گرما مجاری رودهٔ بزرگ را مجروح کرده و باعث تورم ناحیه یا شکل چرک یافته ای می گردد که عامل درد در ناحیهٔ پایین شکم است. اگر معده در عبور دادن qi به سوی پایین با شکست برخورد کند، موجب حالت تهوع و استفراغ می گردد.

۱۱. علائم کیسهٔ مثانه

(۱) رطوبت-گرما در کیسه مثانه : از جمله نشانه های آن می توان تکرار مجدد و فوری ادرار، ادرار قلیل سخت در میزان و بهمراه قرمز مات مانند و درد سوزشی در زهدان را نام برد. ممکن است خون دلمه بسته یا سنگ هایی در ادرار بهمراه زبان قرمز با پوشش زرد و نبض سریع متعادل وجود داشته باشد.

آسیب شناسی :

رطوبت-گرما به کیسه مثانه آسیب می رساند و باعث اختلال در عملکرد ذخیره سازی و تخلیهٔ ادرارمی شود، و موجب ادرار مکرر و فوری می گردد. وقتی که رطوبت-گرما به مجاری خونیِ کیسه مثانه آسیب وارد می کند ممکن است رکود خون و گرما منتهی به خون شاشی یا خون لخته در ادرار گردد. احتباس به درازا کشیده شدهٔ رطوبت-گرما در کیسه مثانه نیز نتیجه در تشکیل سنگ ها دارد .

(۲) اختلال در عملکرد کیسه مثانه : از جمله نشانه های آن می توان چکیده ادرار کردن، گاز ضعیف، یا حتی احتباس ادرار، بهمراه با ضعف ناحیه کمری و مفاصل زانو، رنگ پریدگی، زبان رنگ پریده با پوشش سفید و نبض عمیق نفیِ نوع *XU* را نام برد.

آسیب شناسی :

این علائم معمولاً بعلت ناکافی بودن یانگِ کلیه و آسیب دیدن عملکردِ تقسیم سازی مایع شفاف از مایع تیره است، که بیشتر موجب اختلال کیشه مثانه در تخلیهٔ ادرار و موارد ذکر شدهٔ فوق می گردد. ظهور سرما ناکافی بودن یانگ کلیه را شامل می شود، چناچه ضعف ناحیه کمری و مفاصل زانو، و رنگ پریدگی بهمراه سردی اعضاء را بدنبال دارد .

۱۲. علائم سان جیائو

این علائم درگیر با علائم ارگانهای زانگ و فو که مرتبط با سه جیائوی بالا،پایین و وسط است می باشد. انسداد جیائوی بالا، برای مثال مرتبط به حبس *qi*ِ ریه است؛ ناکافی بودن *qi* جیائوی میانی مرتبط با ضعف طحال و معده است و رطوبت-گرما در جیائوی پایینی بمعنی اینست که رطوبت-گرما در کیسه مثانه وجود دارد. سان جیائو غیرقابل توصیف است چنانچه بعنوان یک ماهیت منفرد می باشد .

ج) تشخیص علائم بر طبق تئوری کانالها

۱. علائم ظاهر شده بیماری در هر یک از ۱۲ کانال منظم

(۱) کانال ریه_ دست-تای یین : سرفه،آسم، خلط خونین، درهم فشردگی و درد گلو، احساس سیری در قفسهٔ سینه، درد در گودال بالای ترقوه، کتف، پشت و لبهٔ جلوی وجه میانی بازو.

(۲) کانال روده بزرگ_پا-یانگ مینگ : خون دماغ شدن،آب بینی آبکی،دندان درد،درهم فشردگی و درد گلو،درد در گردن و بخش جلوی کتف،باد شکم(قرقر شکم)،درد شکم،اسهال، اسهال خونی .

(۳) کانال معده_پا-یانگ مینگ : باد شکم (قرقرشکم)، بادکردگی شکم، آماس، درد ناحیهٔ شکمی (معدی)، استفراغ،احساس گرسنگی، خون دماغ، انحراف پیدا کردن چشم ها و دهان، درهم فشردگی و درد گلو، درد در قفسهٔ سینه، شکم و وجه کناری عضوهای پایین،تب، اختلالات روحی .

(۴) کانال طحال_ پا-تای یین : آروغ زدن، استفراغ، درد ناحیهٔ شکمی(معدی)، باد کردگی شکم، شل بودن مدفوع، یرقان، تنبلی و کسالت عمومی، خشکی و درد در ریشهٔ زبان، تورم و سردی در وجه میانی ران و زانو.

(۵) کانال قلب_ دست-شائو یین : درد یا سوزش قلب، تپش قلب، درد ناحیه دیافراگم، بی خوابی، عرق ریزی شبانه، خشکی_گلو، تشنگی، درد در وجه میانی بالای دست، احساس تب در کف دست ها.

(۶) کانال رودهٔ کوچک دست-تای یانگ : کری، زردی صلبیه، درد گلو، تورم گونه، باد کردگی و درد در پایین شکم، ادرار مکرر، درد لبهٔ عقبی وجه کناری کتف و بازو.

(۷) کانال کیسه مثانه پا-تای یانگ : احتباس ادرار، شب ادراری، اختلالات روحی- مالاریا،ایجاد اشک وقتی چشم در معرض باد قرار می گیرد، انسداد بینی، ورم غشاء مخاط بینی،خون دماغ، سردرد، درد پشت گردن، بالا و پایین پشت، کپل ها و وجه عقبی عضوهای پایین.

(۸) کانال کلیه پا-شائو یین : شب ادراری(بی اختیاری در کنترل ادرار)، ادرار مکرر، دفع مایعاتشبانه، ضعف جنسی، قاعدگی نامنظم، آسم، خلط خونین، خشکی زبان، درهم فشردگی و درد گلو، آماس، کمر درد، درد ستون فقرات و وجه میانی ران،ضعیف شدن عضوهای پایین، احساس تب در کف پاها.

(۹) کانال غشاء خارجی قلب دست-جوئه یین : درد یا سوزش قلب،تپش قلب،بی قراری روحی، احساس خفگی در قفسهٔ سینه، سرخی صورت، تورم در زیر بغل، اختلالات روحی، گرفتگی عضوهای بالا، احساس تب در کف دست ها.

(۱۰) کانال سان جیائو دست-شائو یانگ : بادکردگی شکم، آماس، شب ادراری، ادرار همراه با سوزش و اشکال،کری، صدای گوش،درد درگوشهٔ بیرونی چشم،تورم گونه ها،درهم فشردگی و درد گلو،درد در کتف و وجه کناری بازو و آرنج.

(۱۱) کانال کیسه صفرا پا-شائو یانگ : سر درد، درد در بیرون گوشهٔ چشم، درد در فک، تاری دید، طعم تلخ درد دهان، تورم و درد درگودال بالای ترقوه،درد در زیر بغل، درد در وجه کناری قفسهٔ سینه و تهیگاه، ران و عضوهای پایین.

(۱۲) کانال کبد_پا-جوئه یین : درد پایین پشت، سیری در قفسهٔ سینه،درد در پایین شکم، فتق، سردرد عمودی، خشکی گلو، سکسکه، شب ادراری، ادرار همراه با سوزش و اشکال، اختلالات روحی .

۲. شناسایی بیماریهای مربوط به ۸ کانال فوق العاده

(۱) کانال *Du* : خشکی و درد ستون فقرات، سر درد،

(۲) کانال *ren* : قاعدگی نامنظم،فتق،شب ادراری،احتباس ادرار،درد در ناحیه شکمی(معدی و پایین شکم).

(۳) کانال *chong* : گرفتگی و درد شکم.

(۴) کانال *dai* : درد شکم،ضعیف بودن و درد ناحیه کمری .

(۵) کانال *yang qiao* : بیماری صرع،بی خوابی.

(۶) کانال *yin qiao* : خواب زدگی.

(۷) کانال *yang wei* : سردی و تب.

(۸) کانال *yin wei* : ادرار همراه با سوزش و اشکال.

نقاط و کانالها

۱. پخش ۱۴ کانال روی سطح بدن

بطور کلی،۱۲ کانال منظم بطور متقارن روی سمت های راست و چپ بدن قرار می گیرند. که در میان آنها سه کانال یین_دست با شروع از قفسه به دست، سه کانال یانگ_دست با شروع از دست به سر،سه کانال یانگ_پا با شروع از سر به پا،و سه

کانال یین پا از پا به شکم و قفسه سینه وجود دارد. همچنین کانال Du و ren با سرچشمه از عجان و بترتیب با صعود در راستای خط میانی عقب و جلوی بدن قرار می گیرند.پخش کانالها در سه ناحیه بدن شرح داده می شود:

۱. اکسترمیتی ها ۲. ترانک ۳. کله، صورت و گردن

۱. اکسترمیتی ها : هر روی اکسترمیتی های بالا و پایین به داخل وجه های کناری و میانی تقسیم می شوند. روی اکسترمیتی بالا، کنار عضله خم شونده کف دست وجه میانی و کنار عضله بازکننده پشتی وجه کناری است. چنانچه برای اکسترمیتی پایین، پهلوی درشت نی وجه میانی است و پهلوی نازک نی وجه کناری می باشد. کانالهای یانگ اساساً در وجه کناری اکسترمیتی ها تعیین می شوند، و کانالهای یین در وجه میانی آنها قرار دارند. ترتیب سه کانال یانگ دست و پا بطور کلی به این ترتیب می باشد: کانالوای یانگ مینگ در جلو، کانالهای شائو یانگ در وسط و کانالهای تای یانگ در عقب قرار دارند. چنانچه برای پخش سه کانال یین دست و پا بترتیب، کانالهای تای یین در جلو، جوئه یین در وسط و شائو یین در عقب قرار دارد .

۲. ترانک : پخش ۱۴ کانال در ترانک بصورت زیر می باشد :

ناحیه تحت حمایت	کانال
بخش بالای وجه کناری قفسه سینه	کانال ریه دست-تای یین
پهلوی پستان	کانال غشاء خارجی قلب دست-جوئه یین
زیر بغل	کانال قلب دست-شائو یین
وجه جلویی کتف	کانال روده بزرگ دست-یانگ مینگ

وجه بالایی کتف	کانال سان جیائو دست-شائو یانگ
ناحیه استخوان سر شانه	کانال روده کوچک دست-تای یانگ
دومین خط کنار سینه و شکم	کانال معده پا-یانگ مینگ
پهلوی تهیگاه و ناحیه کمری	کانال کیسه صفرا پا-شائو یانگ
اولین و دومین خط کناری پشت	کانال کیسه مثانه پا-تای یانگ
سومین خط کناری سینه و شکم	کانال طحال پا-تای یین
آلت تناسلی خارجی و ناحیه تهیگاه	کانال کبد پا-جوئه یین
اولین خط کناری سینه و شکم	کانال کلیه پا-شائو یین
خط میانی عقب	کانال Du
خط میانی جلو	کانال ren

۳. کله. صورت و گردن :

ناحیه تحت حمایت	کانال
گردن، دندان های پایین و کنار دماغ	کانال روده بزرگ دست-یانگ مینگ
گردن، ناحیه عقب گوش و کنار آخر آبرو	کانال سان جیائو دست-شائو یانگ
گردن، استخوان ناحیه گونه و درون گوش	کانال روده کوچک دست-تای یانگ

ناحیه زیر کاسه چشم، دندانهای بالا، صورت و وجه جلویی گردن	کانال معده پا-یانگ مینگ
گوشه چشم بیرونی، ناحیه گیجگاه، دومین خط کناری سر و وجه عقبی گردن	کانال کیسه صفرا پا-شائو یانگ
گوشه داخلی چشم،اولین خط کناری سر و وجه عقبی گردن	کانال کیسه مثانه پا-تای یانگ
خط میانی سهمی جمجمه، خط میانی عقب گردن	کانال *Du*
خط میانی جلوی گردن و ...	کانال *ren*

۲. طبقه بندی نقاط :

نقاط به سه دسته تقسیم می شوند :

نقاط ۱۴ کانال : که به تعداد ۳۶۱ نقطه ، نقاط اصلی را در بدن ما تشکیل می دهند. که همانطور قبلاً شرح دادیم، نقاط روی ۱۲ کانال منظم بطور تقارن در دو سمت چپ و راست بدن قرار دارند و دو کانال *ren* و *Du* بدون تقارن و بترتیب روی میانی جلو و عقب بدن قرار می گیرند. در میان نقاط ۱۴ کانال بعضی عملکردهای خاص بر طبق محل و نشانه ها وجود دارند که ما آن را با نام های زیر می خوانیم :

الف) ۵ نقطه شو *(shu)* :

در راستای هر یک از ۱۲ کانال منظم، پشت آرنج یا زانو،۵ نقطه مخصوص وجود دارد که به نام های زیر معروفند :

۱. جینگ-چشمه ۲. یینگ-سرچشمه ۳. شو-گاز
۴. جینگ-رودخانه ۵. خه-دریا

۱- **جینگ-چشمه** : جایی که انرژی qi کانال آغاز به خروشیدن می کند.

۲- **یینگ- سرچشمه** : جایی که انرژی qi کانال آغاز به نشو و نما می کند.

۳- **شو-نهر** : جایی که انرژی qi کانال نشو و نما می کند.

۴- **جینگ-رودخانه** : جایی که qi کانال به وفور افزایش می یابد.

۵- **خه-دریا** : نمایاندن همریزگاه رودخانه در دریا،جایی که qi کانال بیشترین نشو ونما را دارد .

الف) خصوصیات درمانی ۵ نقطه « شو» :

نقاط جینگ- چشمه در بیماریهای روحی و احساس خفگی در قفسه، نقاط یینگ-سرچشمه در بیماریهای وابسته به تب، نقاط شو-نهر در علائم بی (درد مفاصل) که با عوامل بیماریزای باد و رطوبت بوجود می آیند، نقاط جینگ-رودخانه در آسم، سرفه و اختلالات گلو، و نقاط خه-دریا در اختلالات روده ها، معده و دیگر ارگانهای فو اشاره دارند. (هر یک از ۶ ارگان فو یک نقطهٔ خه-دریا در سه کانال یانگِ پا بترتیب دارد، که معروف به نقطهٔ خه-دریای درونی است).

ب) نقاط یوآن (منبع)

هر یک از ۱۲ کانال منظم دارای یک نقطهٔ یوآن(منبع) در اکسترمیتی ها هستند، جایی که چشمهٔ qi در آن جا نگهداری می شود در کانالهای یین، نقاط یوآن(منبع) مصادف با نقاط نهر-شو از ۵ نقطهٔ شو می باشند. نقاط یوآن (منبع) اهمیت زیادی در تشخیص و درمان بیماریهای کانالها و ارگانهای زانگ و فو دارند.

پ) نقاط لوآ (پیوند)

هر یک از ۱۲ کانال منظم دارای یک همسایه در پیوندهای اکسترمیتی ها هستند که یک جفت کانال تعریف شده یین و یانگ می باشد و با هم ارتباط داخلی و خارجی را دارند. در ترانک، همسایگانی از کانالهای Du و ren وجود دارند و همسایهٔ اصلی طحال بترتیب در وجه های عقب، جلو و کنار بدن پخش می شود. هر یک از همسایگان دارای یک نقطهٔ لوآ(پیوند) می باشند، که به تعداد ۱۵ عدد در همه می باشد. یک نقطهٔ لوآ(پیوند) جهت درمان بیماریهایی که شامل دو کانال مرتبط داخلی و خارجی و همچنین بیماریهایی که در ناحیه تحت حمایت دو کانال قرار دارند مورد استفاده قرار می گیرد .

ت) نقاط شی(شکاف)

نقطه شی(شکاف) جایی است که qi کانال عمیقاً همگرا است. یک نقطه شی(شکاف) در هر یک از ۱۲ کانال منظم در اکسترمیتی ها، و یکی دیگر در چهار کانال فوق العاده (یین وی،یانگ وی،یین چیائو،یانگ چیائو) که جمعاً ۱۶ نقطه می باشند وجود دارد. نقاط شی(شکاف) در درمان بیماریهای حاد و درد در ناحیه های تحت حمایت آنها و ارگانهای مرتبط با این کانالها بکار برده می شود .

ث) نقاط پشت- شو

نقاط پشت- شو، نقاطی در پشت می باشند که qi مربوط به ارگانهای زانگ و فو در این نقاط برانگیخته می شوند. آنها روی طرفین ستون مهره ها و در نزدیکی مجاورت به ارگانهای زانگ و فو مربوط به خودشان قرار دارند. وقتی هر یک از ارگانهای زانگ و فو سوء عمل پیدا می کنند، یک واکنش غیرعادی همچون احساس دردی در نقطهٔ متناظر رخ خواهد داد.

ج) نقاط جلو- مو

نقاط جلو- مو نقاطی روی سینه و شکم می باشند که qi مربوط به ارگانهای زانگ و فو در این نقاط برانگیخته هستند. آنها در نزدیکی ارگانهای مربوط به خودشان قرار دارند. وقتی که یک ارگان زانگ یا یک ارگان فو مورد تأثیر واقع می شود، یک واکنش غیرعادی همچون احساس دردی ممکن است در نقطهٔ جلو- مو متناظر روی دهد. این نقاط در شناسایی و درمان بیماریهای مربوط به ارگانهای زانگ و فو دارای اهمیت می باشند.

چ) نقاط تلاقی

نقاط تلاقی در نقطه اشتراک دو یا چند کانال قرار دارند.آنها اساساً روی سر، صورت و ترانک و در بیماریهای شامل چندین کانال نشان داده می شوند. مهمترین نقاط تلاقی از کانالهای ren و Du می باشند که دارای تنوعی از نشانه ها هستند همچنین ۸ نقطهٔ با نفوذ حکمران بترتیب در ارگانهای زانگ، ارگانهای فو، qi خون، تاندون، رگ، استخوان و مغ وجود دارد، جاییکه ۱۲ کانال منظم با ۸ کانال فوق العاده ارتباط دارند .

بعضی نقاط از یک گروه مخصوص با گروه مخصوص دیگر متلاقی هستند که اهمیت زیادی در شیوه های بالینی دارد .

۴. شیوه های مکان یابی نقاط

هر نقطه ای در مکانی معین واقع شده است، که برای نتایج درمانی مؤثر بدرستی مستقر شده اند. از شیوه های مکان یابی نقاط، در زیر پیروی کنید:

۱. بر طبق نشانه های اختصاصی وابسته به کالبد شناسی

نشانه های اختصاصی وابسته به کالبد شناسی روی سطح بدن، همچون برآمدگی یا تورفتگی استخوان، مفصل، تاندون، ماهیچه، شیارهای پوست، سرحد موی سر و پیشانی، مرز ناخنها، نوک پستان، ناف، چشم و دهان اهمیت ویژه ای در مکان یابی نقاط دارند. اگر مکانهایی از نقاط در نزدیکی یا روی این قبیل نشانه های اختصاصی وجود داشته باشند،آنها می توانند مستقیماً تعیین شوند.

۲. اندازه گیری نسبی

برمبنای نشانه های اختصاصی وابسته به کالبد شناسی، یک شیوه اندازه گیری برای مکان یابی نقاط در یک فاصله از نشانه های اختصاصی وابسته به کالبد شناسی تأسیس شده است. پهنا یا درازای اعضای مختلف از بدن انسان بترتیب به شماره های معینی از بخش های مساوی تقسیم شده اند، که هر یک از این بخش ها را یک cun (که می خوانیم تسون) می نامیم . که بعنوان واحد اندازه گیری در مکان یابی نقاط مورد استفاده قرار می گیرد. بدیهی است که درازای تسون وابسته به ساختمان بدن شخص بیمار دارد.

(۱) سر

اندازه گیری طولی : فاصلهٔ از جلوی سرحد موی سر و پیشانی به عقب سرحد موی و پیشانی برابر با ۱۲ تسون است. اگر سرحد موی و پیشانی جلو غیرقابل تشخیص باشد می توانید از برآمدگی پیشانی میان دو ابرو و ۳ تسون را با آن جمع کنید. فاصلهٔ میان برآمدگی پیشانی میان دو ابرو تا سرحد و پیشانی عقب برابر ۱۵ تسون است. اگر سرحد موی و پیشانی عقب نیز نامشخص بود می توان با نقطهٔ Dazhui(Du14) +۳ تسون

محاسبه کنید. فاصلهٔ میان برآمدگی پیشانی میان دو ابرو تا Dazhui(Du14) برابر با ۱۸ تسون است.

اندازه گیری عرضی : فاصلهٔ میان دو زائدهٔ پستانی ۹ تسون است.

(۲) قفسه سینه و شکم

اندازه گیری طولی : اندازه گیری سینه بر مبنای فاصلهٔ میان دنده ها است. فاصله از انتهای تای زیر بغل روی وجه کناری قفسهٔ سینه تا نوک یازدهمین دنده برابر با ۱۲ تسون است. روی بالای شکم، فاصله از زاویهٔ دنده ای و جناغی تا مرکز ناف برابر با ۸ تسون است. روی پایین شکم، فاصلهٔ میان مرکز ناف و مرز بالایی اتصال استخوان شرمگاه برابر با ۵ تسون است.

اندازه گیری عرضی : فاصلهٔ میان دو نوکِ پستان برابر با ۸ تسون است.

(۳) پشت

اندازه گیری طولی: این اندازه گیری بر مبنای برآمدگی های ستون فقرات صورت می گیرد .

اندازه گیری عرضی: فاصلهٔ میان مرز میانی کتف و خط میانی عقب برابر با ۳ تسون است.

(۴) اکسترمیتی های بالا

بالای دست : فاصلهٔ میان انتهای تای زیر بغل و چین زندی عرضی برابر با ۹ تسون است.

ساعد : فاصلهٔ میان چین زندی عرضی و چین عرضی مچ برابر با ۱۲ تسون است.

(۵) اکسترمیتی های پایین

وجه میانی ران : فاصله از سطح بالای مرز اتصال شرمگاه تا برآمدگی میانی استخوان ران برابر با ۱۸ تسون است.وجه کناری ران فاصله از برجستگی بالای استخوان ران تا میانه کشک زانو برابر با ۱۹ تسون است.

وجه میانی پا : فاصله از مرز پایینی برآمدگی استخوان درشت نی تا نوک استخوان غوزک برابر با ۱۳ تسون است.

وجه کناری پا : فاصله میان مرکز کشک زانو تا نوک غوزک کناری برابر با ۱۶ تسون می باشد .

۳. اندازه گیری با انگشت

درازا و پهنای انگشت بیمار بعنوان یک مقیاس برای مکان یابی نقاط مورد استفاده قرار می گیرد.بطور عادی شیوه های اندازه گیری مطابق ذیل می باشند:

(۱) وقتی انگشت میانی را خم می کنیم. فاصله دو انتهای شیار مفصل میانی برابر با یک تسون است.

(۲)پهنای ۴ انگشت (اشاره.میانی.حلقه و کوچک) وقیکه بهم چسبیده در یک سطح از شیار پوست نزدیک به مفصل میانی در پشت انگشت میانی برابر با ۳ تسون است.

قبل از اینکه تک تک به تعریف نقاط و مکان یابی آنها بپردازیم لازم است که به جداول زیر توجه کنید :

جدول (۱)

نشانه های نقاط روی اکسترمیتی ها با ارتباط به کانال

نشانه های سه کانال در اشتراک	نشانه های کانال منفرد	کانال	
اختلالات سر، بیماریهای تبی، بیماریهای روحی	اختلالات صورت، دهان، دندان،گلو، معده و روده	کانال معده پا- یانگ مینگ	۳کانال یانگ پا
	اختلالات چشم،گوش و ناحیه گیجگاه	کانال کیسه صفرا پا- شائو یانگ	
	اختلالات گردن،چشم	کانال کیسه مثانه پا- تای یانگ	
اختلالات شکم و ارگانهای ادراری و تناسلی	اختلالات طحال،معده و روده ها	کانال طحال پا- تای یین	۳ کانال یین پا
	اختلالات کبد و آلت تناسلی خارجی	کانال کبد پا- جوئه یین	
	اختلالات کلیه،روده ها و ریه و گلو	کانال کلیه پا- شائو یین	

اختلالات قفسه سینه، بیماریهای روحی	اختلالات ریه و گلو	کانال ریه دست- تای یین	**۳ کانال یین دست**
	اختلالات قلب و معده	کانال غشاء خارجی قلب دست- جوئه یین	
	اختلالات قلب	کانال قلب دست- شائو یین	
اختلالات سر،چشم و گلو،بیماریهای تبی و بیماریهای روحی	اختلالات صورت،بینی، دهان و دندان	کانال روده بزرگ دست- یانگ مینگ	**۳ کانال یانگ دست**
	اختلالات گوش و ناحیهٔ گیجگاهی	کانال سان جیائو دست- شائو یانگ	
	اختلالات گردن،گوش و ناحیهٔ استخوان سرشانه	کانال روده کوچک دست-تای یانگ	

جدول (۲)
نشانه های نقاط روی سر. صورت و تنه با ارتباط به محل ها

نشانه ها	مکان های نقاط
اختلالات مغز،چشم،گوش، دماغ ، دهان، دندان و گلو	سر، صورت، گردن
اختلالات ریه و قلب	قفسه، ناحیهٔ پشتی میان اولین و هفتمین مهرهٔ سینه ای
اختلالات کبد، کیسه صفرا، طحال و معده	پایین شکم، ناحیهٔ مربوط به دومین مهرهٔ کمری و چهارمین مهرهٔ خارجی
اختلالات کلیه، روده ها و کیسه مثانه	بالای شکم، ناحیهٔ مربوط به هشتمین مهرهٔ سینه ای و اولین مهرهٔ کمری

گفتار ۲

تشریح ۱۲ کانال و نقاط مربوط به آنها



۱. کانال ریه دست- تای یین

کانال ریه دست-تای یین از جیائوی میانی سرچشمه گرفته و بسوی پایین، جهت اتصال با روده بزرگ جاری می شود .

****

جمعاً ۱۱ نقطه در این کانال وجود دارند که به شرح زیر می باشند:

۱. (نقطه جلو- مو ریه.*Lu.1*** zhong fu (معنای کلمه : 中府 اداره مرکزی)**

مکان : زیر اکسترمیتی ترقوه متعلق به نوک شانه، یک تسون مستقیماً زیر(*yunmen,Lu.2*) و ۶ تسون فاصله تا کانال ***ren*** (همان خط میانی جلوی بدن) را دارد .

نشانه ها : سرفه، آسم، درد در سینه-کتف و پشت، احساس خفگی در سینه

شیوه : سوزن را باید بطور عمود به اندازه (۰/۳-۰/۵ اینچ) بسوی وجه کناری سینه فرو کرد .

موکسا (یک نوع گیاه چینی است که جهت سوزاندن و تولید حرارت از آن استفاده می شود که کاربرد زیادی در درمان بیماریها دارد که بعداً توضیح داده خواهد شد) بر روی این نقطه قابل اجرا می باشد .

توجه : ما در بخشهای آموزشی ، نقاط را مطابق استاندارد جهانی نامگذاری می کنیم بعنوان مثال ریه در زبان انگلیسی ***lung*** نامیده می شود که در نقاط با دو حرف اول نشان داده می شود .

۲. (yunmen,Lu.2) معنای کلمه : 云门 دروازه ابر یا درگاه اظهار)

مکان : در تورفتگی زیر شانه اکسترمیتی ترقوه، ۶ تسون فاصله تا کانال **ren**.

نشانه ها : سرفه، آسم، درد در قفسه سینه، کتف و دست، احساس خفگی در قفسهٔ سینه

شیوه : سوزن را باید بطور عمودی(۱/۰-۵/۰ اینچ) فرو کرد.موکسا قابل اجرا می باشد.

۳. (Tian fu (Lu.3) معنای کلمه : 天府 حوزه ی ریاست آسمانی)

مکان : روی وجه میانی بالای دست، ۳ تسون زیر انتهای تای زیر بغل،روی کنارهٔ ضلع بازوی دو سر و ۶ تسون روی (chize,Lu.5) قرار دارد.

نشانه ها : آسم، خون دماغ شدن، درد در وجه میانی بازو.

شیوه : سوزن را باید بطور عمودی به اندازهٔ (۳/۰-۵/۰ اینچ) فرو کرد.

توجه : فاصله از انتهای تای زیر بغل تا(chize,Lu.5) برابر با ۹ تسون می باشد.

۴. (Xia bai(Lu.4 معنای کلمه : 侠白 سپید بی باک)

مکان : روی وجه میانی،بالای بازو،۱ تسون زیر (Tian fu,Lu.3)،و روی ضلع کناری بازی دو سر قرار دارد.

نشانه ها : سرفه، احساس پری در بازو .

شیوه : سوزن را باید بطور عمود به اندازه ی (۳/۰-۵/۰ اینچ) فرو کرد .

۵. (نقطه خه- دریا chize (Lu.5 معنای کلمه : 尺泽 ناحیه ی آبی به فوت)

مکان : روی چین زندی و روی ضلع کناری تاندون بازوی دو سر قرار دارد.این نقطه را می توان هنگامی که آرنج را به راحتی خم می کنید پیدا نمود.

نشانه ها : سرفه ،آسم ،احساس خفگی در سینه، گلو درد، خلط خونین، تب بعد از ظهر.

شیوه : سوزن را باید به طور عمود به اندازه (۳/.-۵/.اینچ) فرو کرد.

۶. (نقطه شي- شکاف و Kongzui(Lu.6 (معنای کلمه : 孔最 سوراخ تحتانی)

مکان : روی وجه کف دستی ساعد و روی خط اتصال میان(Taiyuan(Lu.9 و chize(Lu.5) و ۷ تسون روی (Taiyuan(Lu.9) واقع است.

نشانه ها : سرفه، آسم، گلودرد، درد و مشکل حرکتی در آرنج و دست، خلط خونین.

شیوه : سوزن را باید به طور عمودی به اندازه ی(۵/.-۷/.اینچ) فرو کرد. همچنین موکسا بر روی این نقطه قابل استفاده است .

توجه : فاصله میان (Taiyuan(Lu.9 تا chize(Lu.5) برابر با ۱۲ تسون است.

۷. (نقطه لوآ-پیوند و Lieque(Lu.7 (معنای کلمه: 列缺 ردیف ناقض)

مکان : ۱ تسون روی شیار مچ ودر فرو رفتگی روی ضلع شعاعی شریان زند اصلی واقع می باشد.

نشانه ها : سرفه ،آسم ، گلودرد، درد در سینه و مچ .

شیوه : سوزن را باید به طور مایل (۱/.-۲/.اینچ) فرو کرد .

توجه : این نقطه یکی از ۸ نقطه تلاقی است،که با کانال ren در ارتباط می باشد.

۸. (نقطه جینگ-رودخانه و jing qu(Lu.8 (معنای کلمه : 经渠 کانال ثابت)

مکان : ۱ تسون روی شیار مچ و در فرو رفتگی روی ضلع شعاعی شریان زند اصلی واقع می باشد.

نشانه ها : سرفه،آسم،گلو درد،درد در سینه و مچ.

شیوه : سوزن را باید بطور مستقیم(۱/.-۲/. اینچ) فرو کرد.

۹. (نقطه یوآن-منبع و شو-نهر و Taiyuan(Lu.9 (**معنای کلمه** : 太渊 **بزرگترین عمق)**

مکان : در شیار مچ و در فرورفتگی روی ضلع شعاعی شریان زند اصلی زبرین واقع است.

نشانه ها : آسم،سرفه،خلط خونین،گلودرد،تپش قلب، درد در سینه و وجه میانی ساعد.

شیوه : سوزن را باید به طور عمود (۲/.-۳/.اینچ) فرو کرد. موکسا قابل استفاده می باشد.

توجه : این نقطه یکی از ۸ نقطه با نفوذ حکمران است که بر رگها تسلط دارد.

۱۰. (نقطه یینگ- سرچشمه. Lu.10) yuji (**معنای کلمه** : 鱼际 **کرانه ی ماهی)**

مکان : روی ضلع شعاعی نقطه ی میانی اولین بند استخوان انگشت شست،روی محل اتصال پوسته سفید وقرمز قرار دارد.

نشانه ها : سرفه ،تب، گلودرد، خلط خونین.

شیوه : سوزن را باید به طور عمودی(۵/.-۷/.اینچ) فرو کرد- موکسا قابل استفاده است.

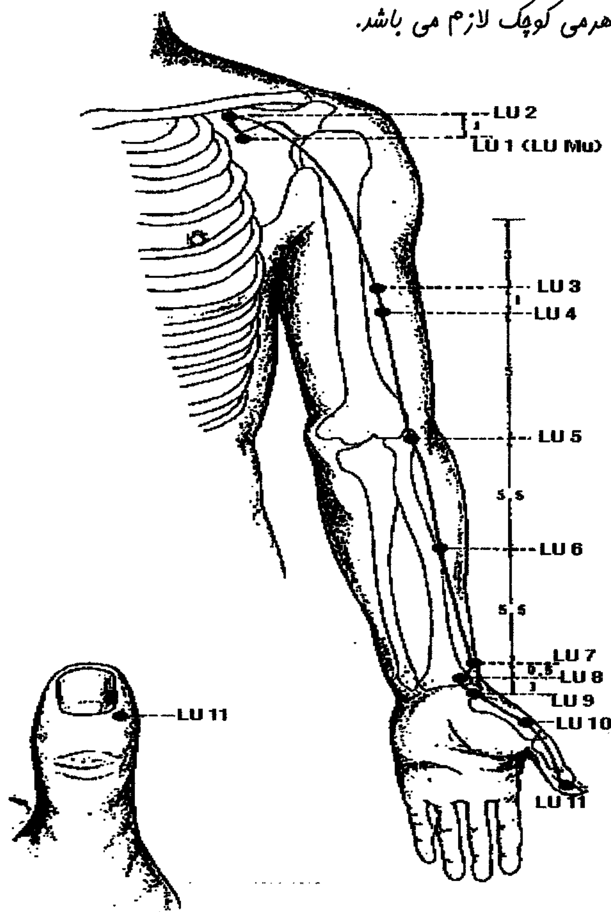
۱۱. (نقطه جینگ- چشمه و Lu.11) shaoshang (**معنای کلمه** : 少商 **تجارت کوچک)**

مکان : روی ضلع شعاعی انگشت شست ودر حدود ۱/. تسون عقب گوشه ی ناخن قراردارد.

نشانه ها : سرفه ،آسم، گلودرد،خون دماغ شدن، انقباض و دردانگشت، بیماری های تبی، کم هوشیاری، اختلالات روحی.

شیوه : سوزن را باید به طور مایل به سوی بالا (۱/. اینچ) فروکرد و یا به شیوه ای دیگر می توان با سوزن سه لبه موجب خون ریزی آن شد.

توجه : در درمان بیماری های روحی یا خون دماغ شدن، به کار بردن اعمال موکسا با ۳تا۵ موکسای هرمی کوچک لازم می باشد.



اندکی در مورد انرژی چی!!!

تعاون آنچه در خلقت است نشان از، «هست» انرژی حیاتی می باشد ، آن انرژیی که به اذن خالق رحیم موجب حفظ تعادل ستارگان، سیارات و کل کائنات است، ذره ی، در یاد بیشمار، در درون ما انسانها نیز نهفته است که بوسیله حفظ و کنترل تعادل درونی این انرژی می توانیم همیشه خود را سرزنده نگه داریم – جهت شناخت، حفظ و ترمیم این انرژی لازم است که سازنده ی آن را بهتر بشناسیم/ ، موجودی چون انسان در لفظ ۵ حرف است اما طبق الفبای چینی ها این ۵ حرف را اگر ۵ صدا بدانیم باعث تغییر هر ذره در عالم هستی خواهد شد، بدانگونه که دیگر هست های نیست نما را از نیست های هست نما بهتر خواهیم شناخت – « شما اگر به کسی بگویید که من صاحب تمام دنیا هستم با دو دست خود به وسعتی که در جلوی چشمانتان است اشاره می کنید اما اگر بگویید که من تمام عالم هستی هستم فقط با یک انگشت به خود اشاره دارید پس رسیدن به خود وجودی شناخت کاملی برای حقایقی ناشناخته به شما نشان می دهد، ....»

از ما مشو، از خود بشو

با ما بمان، خود را بدان

رازی در درون انسانها نهفته شده است که سخن از این راز. از شناخت واقعی و حضور آشکار آن جلوگیری می کند اما تنها راه کشف این رمز (ریاضت در کنار خلق!!!) می باشد . و نیز بهتر است سکوت را تنها جوابی برای احوالی که به اقوال در نمی آید بدانیم تا حقیقت امر را کما هو حقه . بکر گذاشته باشیم .



هیئت ووشو استان کردستان

با حضور آقایان صیاد حیدری (دبیر فدراسیون ووشو) - جلال اصغری (رئیس هیئت ووشو استان کردستان- سیاوش غفوری (رئیس شهرستان سنندج)

... غفوری (مربی با سابقه ی بخش سانشو هیئت ووشو استان کردستان)

معرفی اعضای هیئت ووشو استان کردستان

آقای جلال اصغری (رئیس هیئت ووشو استان کردستان)
آقای سیاوش غفوری (رئیس هیئت ووشو شهرستان سنندج)
آقای اصغر گومه ای (دبیر هیئت ووشو استان کردستان)

مربیان :

آقای سیاوش غفوری (مدیر ومربی بخش سانشو و تالو)
آقای سید زاهد ابراهیمی (مربی بخش تالو)
آقای سیامک غفوری (مربی بخش سانشو) - آقای هادی نقشینی (مربی بخش سانشو
آقای کاوه محمدی (مربی بخش تالو) - آقای علی امینی (مربی بخش سانشو)
آقای علی اکبر قوامی (مربی بخش تالو) - آقای محمد علیخانی (مربی بخش سانشو)
سید امیر ساعدی (مربی شائولین) .

shaolin si zai ku de sheng

